

At nå nye høyder

Deltagelse på Arctivity. Hvordan risikosportaktiviteter bidrager til mestring og mening hos mennesker med fysiske funksjonsnedsettelser.

—
Lene Fisker Brogaard

Masteroppgave i spesialpedagogikk Mai 2016

Resumé

Dette studie fokuserer på, hvordan mennesker med fysiske funktionsnedsættelser oplever mening og mestring ved klatring. Forskningsstudiet har et kvalitativt design og er inspireret af fænomenologien og dens filosofiske udgangspunkt for at forstå andre menneskers livsverden.

Datamaterialet og empirien blev skabt og indsamlet i løbet af en uges ophold på Arctivity i sommeren 2015. Arctivity er et arrangement i Nord-Norge for mennesker med fysiske funktionsnedsættelser og interesse for actionprægede friluftaktiviteter. Dataindsamlingen har foregået i en trianguleringsproces, hvor hver metode bidrager til helheden i empirien. Dataene blev indsamlet ved hjælp af deltagende observation, hvor feltnotater var det primære arbejdsredskab. Derudover blev alle fem deltagere på klatring, interviewet under Arctivity om deres erfaringer og perspektiver. Arbejdsvideoer er anvendt for at få et øjebliksperspektiv på deltagernes klatreoplevelser.

Dataene er analyseret med udgangspunkt i Reflective Lifeworld Research, som er en tilgang der er baseret på fænomenologiens filosofi. Hensigten med Reflective Lifeworld Research er, at få adgang til deltagernes meninger og refleksioner, gennem analyse af deres beskrevne livsverden. Derudover har åben kodning været brugt som et analytisk værktøj, der har bidraget til en systematisk inddeling af datamaterialets kategorier.

Hovedpointet med studiet, udfordrer normalitetstanken om hvilke udfordringer og begrænsninger mennesker med fysiske funktionsnedsættelser her. Deltagerne beskriver deres mestringsstrategier i klatring, som social mestring som primærkontrol, hvor forandringer af rammebetingelserne står i fokus. Deltagerne har et positivt syn på deres individuelle udfordringer og anser ikke selv sig, som værende i nogen speciel position sammenlignet med andre mennesker.

Undersøgelsen genspejler, hvor vigtig en god gruppedynamik er for hver enkelts oplevelse. I deltagernes beskrivelser af egne mestringsoplevelser, inddrages de andre deltageres betydning for hvorfor det blev en god oplevelse. Så til trods for at klatring er en individorienteret aktivitet, oplever studiets deltagere at det er i den sociale relation, at oplevelsen giver mening for dem. Studiet fremhæver også at tilstedeværelse i flowzonen, ikke nødvendigvis opleves som en positiv oplevelse i nuet, men at tilstanden giver øget mestringsfølelse hos deltagerne bagefter.

Forord

I denne afsluttende fase, er der fem personer, som fortjener en større tak end nogen andre. De fem personer er studiets deltagere. Havde det ikke været for jer, havde denne proces ikke været nær så sjov, nær så udfordrende og nær så positiv. Tak for jeres åbenhed og gode samtaler. Tak til Rasmus, Nanna, Ivar, Eva og Guro for vores fine oplevelser sammen, og fordi I lærte mig at funktionshæmmet ikke handler om noget man er eller ikke er, det handler om hvilke valg man tager.

I en vinter og et forår med utallige fine skidage, har det været krævende for en skiglad dansker, at finde motivationen til at sidde inde på læsesalen, når alt det morsomme foregår ude. Fællesskabet med de andre studenter på læsesalen, har i aller højeste grad bidraget til, at valget om alligevel at cykle mod UiT, var lettere. Takk for de gode stunder, seriøse som useriøse, vi har delt.

Tak til min faglige sparringspartner og vejleder, førsteamanuensis Sissel Sollied. Helt fra vores første møde har du opmuntret mig med en solid tro på mine tanker, ideer og evner. Du har været frustrerende kritisk, men samtidig også givet mig energi til at fortsætte og gøre det lille ekstra. Tak for vores fine møder og konstruktive diskussioner. Jeg vil med glæde anbefale dig til enhver, som søger en engageret vejleder.

I en opgave som befinder sig mellem to skriftsprog, har det været uundværligt, at have en familie som uden at rynke på næsen, stiller op, læser opgaven endnu en gang og retter stavfejl. Tak for hjælpen far og mor, og tak fordi I husker mig på, at der findes vigtigere ting i livet end at præstere. Også tak til Bjarke for gennemlæsning, og fordi du altid synes mine tusind ideer er spændende, også selvom vi ikke er børn længere.

Særlig taknemmelig er jeg over, at du Hans, valgte at holde ferie og var med på Arctivity sammen med mig. Du støtter mig altid og kommer med velreflekterede indspil, både fagligt og socialt.

Tromsø, fredag den 13. maj 2016

Lene Fisker Brogaard

Indholdsfortegnelse

Resumé	i
Forord	ii
Kapitel 1. Introduktion	1
1.1 Baggrund for valg af tema	1
1.2 Hvad er Arctivity?	2
1.3 Tidligere forskning på området	2
1.4 Studiets deltagere	4
1.5 Studiets problemstillinger	4
1.6 Disposition	5
Kapitel 2. Begrebsafklaring og teori	6
2.1 Fysisk funktionsnedsættelse	6
Det medicinske perspektiv	6
Det sociale perspektiv	7
Det relationelle perspektiv	7
Opgavens perspektiver på funktionshæmning	8
2.2 Mestring	9
Komfortzonen	9
Csikszentmihalyis teori om flow	12
2.3 Social identitet	14
Social identitet i fællesskaber	14
Social mestring som primær- og sekundærkontrol	15
2.4 Klatring	16
Klatring på Arctivity	16
Risikosøgning	17
2.5 Kroppens tilstedeværelse	18
Den subjektive og objektive krop	18
Den fænomenologiske krop	19
Kapitel 3. Metodologi og forskningsdesign	21
3.1 Kvalitativ forskning	21
3.2 Metodetriangulering	22
3.3 Fænomenologi	23
3.4 Udvalg	25
Rekruttering og inklusionskriterier	25
3.5 Dataindsamling	26
Semistruktureret livsverdeninterview	28
Feltnotater	30
Videoobservation	32

3.6 Dataanalyse	34
Forforståelse og min rolle som forsker	35
Reflective Lifeworld Research	36
Åben kodning	38
Kategorisering af interviewene.....	38
Kategorisering af feltnotaterne	40
Kategorisering af videoerne.....	41
Fænomenets essens.....	43
3.7 Ethiske refleksioner	44
Studiets gyldighed og troværdighed i den menneskelige relation	44
Frivillig eller forsker, hvor går grænsen?	45
Kapitel 4. Fund og resultater	46
4.1 Begrænsninger og udfordringer	46
Funktionsnedsættelse som en naturlig del af identiteten	47
”Jeg ser ikke noen utfordring”	48
Udfordringer på en tryk arena	49
Frivillig for de frivillige.....	50
En klatreoplevelse	51
4.2 Mestring	52
”WOW, dette er jo galskap”	52
”Det er det her som er så jævlig”	53
Mæt, træt og tilfreds	54
”Jeg vil stole på meg selv”	55
”Nei, jeg skal opp!”	56
4.3 Socialt fællesskab	57
En tryk arena, hvor vi kan gøre noget sammen	57
”Det er jo en stor del av opplevelsen”	58
”Nå blir det dårlige bilder, ass!”	59
4.4 Udeoplevelser med klatring	59
”Det var ude som var mest interessant”	59
Muligheden for at gå sine egne veje	60
Kapitel 5. Diskussion.....	62
5.1 Selvbillede og fysisk funktionsnedsættelse	62
Jonglering mellem identiteter	62
Den sociale mestrings valg og fravalg.....	63
Funktionshæmning, normalisering og klatring.....	64
Individuelle udfordringer.....	65
5.2 Flowoplevelser	66
Intense oplevelser	67
Nybegynderens oplevelse af flow.....	68
Komfortzonens kant	69

5.3 Klatring og fysisk funktionshæmning	70
Asymmetrisk oplevelse af risiko	70
Selvstændighed.....	71
Udeklating	71
5.4 Social identitet og mestring.....	72
Gruppetilhørighed.....	72
En midlertidig gruppe.....	73
5.5 Opsummering af centrale punkter	75
Kapitel 6. Afslutning	76
6.1 Hvordan kan studiet bruges i praksis?.....	76
6.2 Efterrefleksioner.....	77
Litteraturliste.....	78
Bilag 1: Informeret samtykke.....	82
Bilag 2: Informeret samtykke ved brug af video.....	83
Bilag 3: Godkendelse fra NSD.....	84
Bilag 4: Ændringskema ved brug af video.....	86
Bilag 5: Godkendelse fra NSD ved brug af video.....	88
Bilag 6: Interviewguide.....	89

Figuroversigt

Figur 1. Komfortzonemodellen (Nadler, 1995, s. 53; Panicucci, 2007, s. 39).....	10
Figur 2. Flowmodellen (Csikszentmihalyi, 2008, s. 74).	12
Figur 3. Samspejlet mellem metoderne.	23
Figur 4. Oversigt over datamaterialet.....	27
Figur 5. Uddrag fra interviewtransskription, med inspiration fra Sollied (2009, s. 231).....	30
Figur 6. Uddrag fra feltnotater. (<i>Håndskrevet original</i>).....	31
Figur 7. Fra transskription til kodning, kategorisering og meningsenheder (anden fase).....	39
Figur 8. Kategorisering af meningsenheder i interviewene (tredje fase).	40
Figur 9. Kategorisering af feltnotater (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 232-233).....	41
Figur 10. Kodning og tematisering af video (Sollied & Kirkebæk, 2001, s. 81).	42

Kapitel 1. Introduktion

Dette studie handler om klatring for mennesker med en fysisk funktionsnedsættelse. Klatring rummer en mangfoldighed i både at kunne udøves inde og ude, struktureret og ustruktureret, organiseret og uorganiseret. Det er en aktivitet, som både udfordrer dig fysisk, såvel som mentalt. Studiet tager udgangspunkt i deltagernes egne fortællinger og erfaringer med klatring på Arctivity. Formålet med studiet er, at bidrage til en øget forståelse for hvordan mennesker med fysiske funktionsnedsættelser, beskriver deres udfordringer og mestringsstrategier, kontekstualiseret gennem klatring.

1.1 Baggrund for valg af tema

Studiets tema er valgt ud fra en tanke om personlig interesse for fysisk bevægelse og spændingsfyldte friluftaktiviteter. Derudover har temaet givet mig muligheden for, at skrive en masteropgave om pilotprojektet Arctivity. Masteropgaven er egenfinansieret og jeg skriver ikke *for*, men *om* Arctivity. Projektlederen for Arctivity blev forespurgt om muligheden for at gennemføre studiet inden Arctivity startede og projektlederen har godkendt studiet skriftligt.

Pilotprojektet er et resultat af den øgede interesse, der er for risikosport og actionsprægede friluftaktiviteter. Det er aktiviteter der tilrettelægger for personlig udvikling, øgede færdigheder og stærke sanse- og mestringsoplevelser (Breivik, 2004, s. 8). Samtidig er det et mål, at studiets empiri skal bidrage til en udvidelse af forskningsfeltet når det gælder fysisk funktionshæmning, ideen om normalisering og personlig mestring.

Klatring er en form for risikosport, hvor det mentale og fysiske nødvendigvis må spille sammen og muligheden for ekstreme oplevelser dannes. Netop fordi klatring både udfordrer det kropslige og det psykiske, gør det, det specielt interessant i relation med fysisk funktionshæmmede. For at lykkes med klatring, er det ikke udelukkende fysiske processer, der er afgørende for om klatreoplevelsens mestres, men en stærk mental bevidsthed er mindst ligeså vigtig.

På det personlige plan er jeg selv aktiv med klatring og jeg har det sidste halvandet år arbejdet, som klatreinstruktør med at holde indendørs nybegynderkursus.

1.2 Hvad er Arctivity?

Arctivity er navnet på et aktivitetsprojekt i Nord-Norge for personer med fysiske funktionsnedsættelser og interesse for friluft aktiviteter lidt udover det almindelige. Den første Arctivity løb af stablen fra den 29. juni til den 3. juli 2015, og var et pilotprojekt. Her kunne deltagerne blandt andet vælge mellem klatring, kitesurfing eller downhillcykling, og deltagerne fulgte da den valgte aktivitet igennem hele ugen. Dette forskningsstudie fokuserer på de deltagere, som valgte klatring.

Arctivity har som vision, at udvide det traditionelle friluftsliv og give mennesker med fysiske funktionsnedsættelser muligheden til at udvikle og følge deres drømme og interesser. For at deltage, spiller det ingen rolle hvilken fysisk funktionsnedsættelse du har. På Arctivitys hjemmeside skriver de følgende: "Uafhængig om du har amputasjoner, redusert syn eller en annen skade, Arctivity er åpent for alle med en fysisk funksjonsnedsettelse." (Arctivity, 2015). For at kunne gennemføres, er arrangementet afhængige af et stort antal frivillige. Min interesse for friluftsliv og udeaktiviteter, gjorde at jeg tilmeldte mig og arbejdede som frivillig på klatring igennem hele ugen. Samtidig med at jeg ønskede at indsamle data til dette studie.

Arctivity er resultatet af et samarbejde mellem Aktiv Ung, Valnesfjord Helseportsenter, Norges idrettsforbund og Nordland fylkeskommune, med sigte på at udvikle et blivende udendørs- og friluft arrangement for funktionshæmmede i Nordnorge (Arctivity, 2015). I juni måned denne sommer, afholdes historiens anden Arctivity.

1.3 Tidligere forskning på området

Både i nordisk og international sammenhæng, er der gjort studier på hvordan fysisk aktivitet påvirker livskvaliteten til mennesker med fysiske funktionsnedsættelser, og hvilken rolle deltagelse i organiserede sportsaktiviteter spiller i deres dagligdag og medvirken i samfundet (Nyquist, 2012; Sæbu, Sørensen, & Halvari, 2013; Wickman, 2015). Sæbu og Sørensen (2011) har blandt andet undersøgt, unge voksne med en fysisk funktionsnedsættelses motivation for fysisk aktivitet. De fremhæver, at den stærkeste positive korrelation opstod mellem fysisk aktivitet og informanternes selv-skema, som en fysisk aktiv person. Deres primære fund, præciserer dermed vigtigheden af de personlige faktorer, frem for miljømæssige forhold og forhold knyttet til funktionsnedsættelsen (Sæbu & Sørensen, 2011, s. 736).

I Wickmans (2015, s. 48) studie om unge voksne med funktionsnedsættelsers erfaringer og opfattelser med sport, er det tydeligt at informanterne lægger vægt på fire faktorer. De fire vigtigste faktorer, som er afgørende for, at unge voksne er aktive med sportsaktiviteter, hænger sammen med muligheden for en større autonomi, deltagelse i det sociale miljø, uafhængigheden som træningen bidrager til og anerkendelsen af, at det åbner for forskellige muligheder indenfor sportens kontekster. Nogle af de samme forhold er gældende i Løvgrens (2009) rapport, hvor unge voksne med fysiske funktionsnedsættelsers selvbillede og deltagelse i fritidsaktiviteter, afhænger af overvindelse af sociale barrierer i relationerne med andre unge.

Indenfor risikosøgning, eksisterer der en relativ stor andel forskning på, og artikler omkring, hvilken effekt varierende grene indenfor risikosport, friluftsliv og adventure har for udøverne (Breivik, 2004, 2011; Guszowska & Boidak, 2010; Langseth, 2012). Risikosport ses som et modstykke til samfundets øgede fokus på sikkerhed og tryghed, og Breivik (2004, s. 8) påstår, at hvor risikosport tidligere var et subkulturelt fænomen, nu er i færd med at blive allemandseje.

Mackenzie, Hodge og Boyes (2013) studie, koncentrerer sig om hvordan deltagerne på et elvesurfkursus oplever flow. Studiets fokus er på informanternes oplevelser og deres beskrivelser af flowtilstanden. Andre studier koncentrerer sig konkret om risikoaspektet og funktionshæmmede (Burns, Watson, & Paterson, 2013; McAvoy & Lais, 2003). Blandt andet har Holman og McAvoy (2003; 2005) fokuseret på forskellene hos mennesker med og uden funktionsnedsættelsers i deres deltagelse i et organiseret adventure program, hvor risiko var et gennemgående element.

Sammenfattes den ovenstående præsenterede forskning, er det tydeligt at fysisk funktionsnedsættelse og sport er et gennemgående og vigtigt tema, både nationalt og internationalt. Det samme gælder indenfor risikosport og adventure. Men søger man efter forskning relateret til fysisk funktionshæmmedes oplevelser med risikosport, er feltet betydelig mindre udforsket. Artiklerne og forskningen, er derfor blevet brugt som inspirationskilder og har samtidig åbnet mine øjne for nye perspektiver og vinklinger. Det har været medvirkende til, at skabe en levende proces, og et baggrundsbillede, omkring deltageres beskrivelser af klatring på Arctivity.

1.4 Studiets deltagere

Hele opgaven igennem vil de personer som har medvirket i studiet, blive kaldt *deltagere*. Der er flere grunde til dette. For det første handler det om nærhed. At skulle kalde personerne for informanter, havde skabt en afstand til personerne, som aldrig har været tilstede. Det vil derfor kunne give et forvrænget indtryk af, hvordan studiet er blevet tilrettelagt og gennemført. Deltager er derfor et konsekvent og bevidst ordvalg, som skal afspejle den position jeg mener de indtager. En informant er en person, som giver information til et givet projekt, en deltager er aktiv og tilstede i processen og projektet, samtidig som personen skaber information til studiet. Deltagerne er dermed både deltagere på Arctivity og deltagere i mit forskningsstudie. Alle deltagerne har derfor fået et fiktivt navn, således at de skal virke mere levende for læseren, end hvis jeg blot havde valgt at kalde dem deltager 1, deltager 2 osv.

Deltagernes medicinske diagnose er ikke nævnt i studiet, og dette er et bevidst valg. Nogle steder er deltageres udfordringer dog trukket frem, blandt når Rasmus fortæller om sine visuelle udfordringer. Rasmus' udfordringer er ikke nødvendigvis et resultat af en bestemt diagnose, og bør derfor heller ikke ses som et resultat af dette. Min hensigt med at nævne deltageres udfordringer, er baseret på deltageres egne versioner og fortolkninger af deres begrænsninger. I det store og hele, har deltageres medicinske diagnose ikke nogen indvirkning på om undersøgelsens problemstillinger bliver besvaret, og er dermed underordnet.

1.5 Studiets problemstillinger

Studiets fokus og kerneområder koncentrerer sig om deltageres erfaringer og oplevelser med klatring. Det vægtlægger en bevidsthed om deltageres refleksioner i disse oplevelser med fokus på deres funktionsnedsættelse, og hvordan det påvirker dem. Deltageres erfaringer med mestring og meningsfulde elementer, har været styrende for processen og disse perspektiver munder ud i følgende problemstillinger:

1. Hvordan oplever deltagerne på Arctivity, som har valgt aktiviteten klatring, at aktiviteten giver mening og mestring for dem?
2. På hvilken måde påvirker det deltageres syn på egen funktionsnedsættelse?

Problemstillingerne vil følge opgaven hele vejen. Det betyder at problemstillingerne flere gange vil blive nævnt og trukket frem for at minde læseren og mig selv på, i hvilken kontekst

netop dette udsagn eller teoretiske perspektiv er relevant. Problemstillingerne skal fungere som opgavens røde tråd. Problemstillingerne stiller spørgsmål og åbner op for at fordybe sig i studiets tema, men det er ikke nødvendigvis en opskrift, som lukker nogle døre og giver konkrete svar. Problemstillingerne skal hellere ses som en platform for undring og refleksion, hvor åbne døre netop er forudsætningen for at forstå deltagernes opfattelser, erfaringer og perspektiver. Hovedformålet med problemstillingerne er, at få deltagernes stemme til at overdøve min egen.

1.6 Disposition

Opgaven er struktureret ud fra en tanke om helhed og kontinuitet. I dette kapitel er studiets problemstillinger og tidligere forskning, blevet præsenteret og baggrunden for valg af tema er redegjort for. I kapitel 2 bliver studiets begreber afgrænset og afklaret, samtidig som teoretiske perspektiver og relevant forskning på feltet bliver trukket frem og knyttet op mod problemstillingen og særligt studiets analyse. Kapitel 3 drejer sig om forskningsstudiets metodologiske valg og vurderinger. Metoden er beskrevet nøje og med fokus på detaljer, med henblik på at gøre processen så synlig og gennemsigtig som mulig. Det er hensigten, at kapitlet skal efterlade flere svar end spørgsmål hos læseren.

De fund og resultater som kom frem i analysen, er præsenteret i kapitel 4. Her er fokus på, at få deltagernes stemme frem. I kapitel 5 diskuteres studiets fund op mod de teoretiske perspektiver, som blev præsenteret i kapitel 2. Her vil også tidligere forskning blive trukket frem og sammenholdt med fundene. Kapitel 6 er det sidste og afsluttende kapitel, hvor opgavens røde tråde samles. I dette kapitel er der også blevet plads til efterrefleksioner på eget arbejde. Kapitlet rummer altså ikke en endelig konklusion, men skal hellere ses som en videretænkning af studiets formål og hovedpunkter.

Kapitel 2. Begrebsafklaring og teori

I dette kapitel vil studiets vigtigste begreber og teoretiske standpunkter blive redegjort for. Funktionsnedsættelse er det mest grundlæggende begreb for studiet og kapitlet starter derfor med en perspektivering af dette. Mestring handler om hvordan håndtering af mentale processer er udgangspunktet for gode oplevelser, og deltageren er aktivt medvirkende til at skabe og fremkalde denne proces. En forudsætning for gode oplevelser, hviler på at sociale relationer og identiteter skabes i det sociale rum. Det trækkes frem hvordan klatring er i en særstilling, når det gælder tilrettelæggelse for intense og mestringsfremkaldende aktiviteter. Her vil også klatring på Arctivity blive et tema, hvor forskellige begreber indenfor klatring forklares. Sidst i kapitlet beskrives betydningen af tilstedeværelse i kroppen og hvordan kroppen både kan opleves som et subjekt og objekt. Igennem hele kapitlet, vil relevant tidligere forskning blive trukket frem, der hvor det virker naturligt og er med til at belyse teorien fra forskellige vinkler.

2.1 Fysisk funktionsnedsættelse

Indenfor nutidens syn på funktionshæmning findes der tre perspektiver, som er rådende. De tre perspektiver er udgangspunktet for i hvilken retning resten af teorien vil blive præsenteret, tematiseret og problematiseret. Problematismen af funktionshæmning, omfatter det medicinske, det sociale og det relationelle perspektiv, og en forståelse for alle tre, er nødvendige for at indramme studiets syn på funktionshæmning.

Det medicinske perspektiv

Fænomenet funktionshæmning har traditionelt set været defineret indenfor et patologisk og medicinsk område, hvor fokuset er på egenskaber hos individet. Det er individets sygdom, biologiske afvigelse eller kropslige anomalier der udgør problemet, og det er dermed også her løsningen på problemet findes (Buntinx, 2013, s. 1-2; Tøssebro, 2004, s. 3-5). Løsningen, eller behandlingen, består i individrettet tiltag, hvor hensigten er at helbrede eller reducere en bestemt lidelse, ved hjælp af medicinsk kompetence og fokus på personlig mestring (Grue, 1999, s. 24; Kassah & Kassah, 2009, s. 23) Dette syn på funktionshæmning, kaldes for det medicinske perspektiv.

Ud fra et humanistisk ståsted, har dette syn længe været anset for at være stigmatiserende, snæversynet og til dels uddateret. Et ensidigt patologisk syn på funktionshæmning, sorterer

omgivelsernes betydning fra; det forudsætter at samfundet er statisk og efterlader ansvaret hos individet (Hughes, 2010, s. 509). Til trods for dette, er det medicinske perspektiv dog stadig central og almindelig indenfor sundhedsvæsenet. Her er det medicinske diagnoser, der danner baggrund for vurderinger knyttet til tildeling af offentlige tjenester, ydelser og velfærdsgoder (Grue, 2012, s. 421).

Det sociale perspektiv

I kølvandet af kritikken til det ensidige, individualiserede fokus i et medicinsk perspektiv, rettes søgelyset mod det ydre og dermed samfundet. Samfundet er en institution der strækker sig fra politiske beslutninger til strukturelle og organisatoriske tilpasninger. Det er en kontekst, hvor sociale interaktioner og kulturelle tilpasninger er i fokus. Samfundet påvirker i hvilken grad mennesker defineres som funktionshæmmede, og anormaliteten ligger dermed ikke udelukkende hos individet selv (Grue & Rua, 2013, s. 17-23). Det er samfundet der gør mennesker funktionshæmmede og ikke egenskaber ved mennesket i sig selv.

Dette perspektiv kaldes ofte for den sociale model eller forståelse af funktionshæmning. Løsningen, i en social forståelse, ligger i samfundsændringer og – strukturer; der er her fokus på den *kollektive* erfaring med funktionshæmning (Oliver, 1996, s. 33-38). Funktionshæmning opstår idet samfundet struktureres ud fra en tanke om normalitet og normalbrugeren. Afviger man fra normalitetsrammen, opleves samfundet som bestående af barrierer og bliver dermed diskriminerende (Tøssebro, 2009, s. 12). Udfra denne tilgang kan det sociale perspektiv, til en vis grad, opfattes ligeså ensidig som det medicinske. Ifølge Shakespeare (2012, s. 130) er det ingen tvivl om at det sociale perspektiv, har bidraget til en forbedring af funktionshæmmedes rettigheder, men han understreger samtidig, at helsedimensionen ved at leve med en funktionsnedsættelse underspilles, og opfordrer til en nuancering af den sociale tilgang.

Det relationelle perspektiv

I dag, specielt i skandinavisk sammenhæng, bliver funktionshæmning kontekstualiseret udfra en humanistisk tilgang. En humanistisk tilgang retter fokus mod samfundets ansvar og rolle, med et bestemt blik på at gøre tilpasninger i menneskeskabte miljømæssige konstellationer (Tøssebro, 2004, s. 6). Det er også en forståelse for, at funktionsnedsættelse altid vil være kontekstuel. Enhver form for nedsat funktionsevne bør ses i *relation* til den kontekst den indgår i. En blind person er ikke funktionshæmmede i en telefonsamtale, men hvis hun skal finde rundt i en ukendt by kun udstyret med et kort, kræver det speciel tilrettelægning.

Kassah og Kassah (2009, s. 29) påpeger, at omfanget af funktionsnedsættelsen vil variere ud fra den sammenhæng og de omstændigheder, der præger samspillet. Der er et samspil mellem en persons specifikke evner og hvordan samfundet responderer på dette. Responsen er relevant for at forstå funktionshæmning og dermed også mennesker med nedsat funktionsevne (Buntinx, 2013, s. 11). Opgavens syn på funktionsnedsættelse, knytter sig primært til det relationelle perspektiv, og deltagerne har i høj grad fået lov til selv, at definere i hvilken kontekst de føler sig udfordret eller diskrimineret. Dette syn kom særligt frem i interviewene med deltagerne.

Opgavens perspektiver på funktionshæmning

Så langt i afsnittet har både begrebet funktionshæmning, nedsat funktionsevne og funktionsnedsættelse været brugt. Dette er et bevidst valg, der afspejler mangfoldigheden indenfor feltet, men det viser samtidig også til kompleksiteten i, at få en forståelse for hvad de specifikke begreber skjuler og betyder. Skiftet fra en medicinsk vægtlægning af funktionshæmning, til at se på begrebet igennem en socialt konstrueret og relationel model, har gradvist ført til et behov for en begrebsændring og – udvidelse (Molden & Tøssebro, 2009, s. 40-41).

I Stortingsmelding nr. 40 (2002-2003), kontekstualiseres funktionshæmning ved at se på det *gab*, der opstår når individet møder omgivelserne og samfundet. I denne sammenhæng opfattes funktionshæmning som et dynamisk begreb, hvor dynamikken ligger i grader af tilpasning og tilrettelægning, og grader af personens funktionsniveau. Funktionshæmmende forhold refererer til, hvilken betydning miljøet har for hver enkelt, og er en forudsætning for at opretholde eller etablere selvstændighed. Det viser til, at der eksisterer et *gab* mellem personens funktionsevne og miljøets krav.

Funktionshæmning har med tiden fået en negativ ladning og indikerer, at begrænsningerne ligger i samfundet og er dermed ikke længere dækkende. Funktionsnedsættelse refererer derimod til individets udfordringer og kan forstås som et faktum. En person der mangler begge ben, vil ikke blive fri for sin funktionsnedsættelse, bare fordi hun sætter sig i en kajak, hvor det er hendes styrke i overkroppen, der skal til for at mestre aktiviteten (Hedlund, 2009, s. 56-58). Funktionsnedsættelsen vil altid være der, men dens begrænsninger er relationelle og afhængige af konteksten. I den forstand fortæller begge begreber hver sin historie, og en bevidsthed omkring hvorfor man bruger det ene begreb frem for det andet, bør være en aktiv refleksion i en specialpædagogs hverdag (Tøssebro, 2009, s. 14).

Videre i studiet, vil primært mennesker med fysiske funktionsnedsættelser blive anvendt som det overordnede begreb. Det rummer en forståelse for at de deltagere der indgår i studiet, ikke nødvendigvis ses på som hæmmede, og heller ikke ser på sig selv som hæmmede, men nærmere at det giver dem nogle muligheder og udfordringer, akkurat som andre mennesker og medlemmer af samfundet. Samtidig vil funktionshæmmede blive brugt i de sammenhænge, som virker naturligt og hvor konteksten kræver det. Men en forståelse for at alle tre perspektiver, både den medicinske, den sociale og den relationelle, indgår i et samspil, er vigtig (Kassah & Kassah, 2009, s. 35-36). Tilsammen udgør de tre perspektiver en helhed, og giver et nuanceret billede af funktionsnedsættelse som et flydende perspektiv, både som et relationelt begreb, en medicinsk diagnose og et social betinget fænomen.

2.2 Mestring

Man kan tale om mestring på flere forskellige niveauer. Der kan være tale om mestring af hverdagen, mestring af en bestemt aktivitet eller mestring af pludselig opstået sygdom. Deltagerne i studiet er blevet spurgt om mestring i forhold til klatring, og mestring af klatring med en funktionsnedsættelse. Dette afsnit om mestring, danner en teoriramme, hvor mestringsprocessen bliver beskrevet og fremhævet som en positiv tilstand. Deltageren er selv aktivt medvirkende til at fremkalde mestringsprocessen. Jeg har valgt at beskrive, og tage udgangspunkt i to forskellige mestringsrelaterede teorier. Dette er med til at belyse kompleksiteten i mestringsbegrebet og udvælgelsen skal ikke ses som en udtømmende beskrivelse af mestringsteorier. Den første teori handler om hver enkelts komfortzone og hvor læringen opstår. Dernæst ser Csikszentmihalyis flowmodel (2008) på hvilke forudsætninger, der skal være tilstede for, at en aktivitet opleves som meningsfuld. Begge mestringsteorier fokuserer på mestring, som en individuel tilstand.

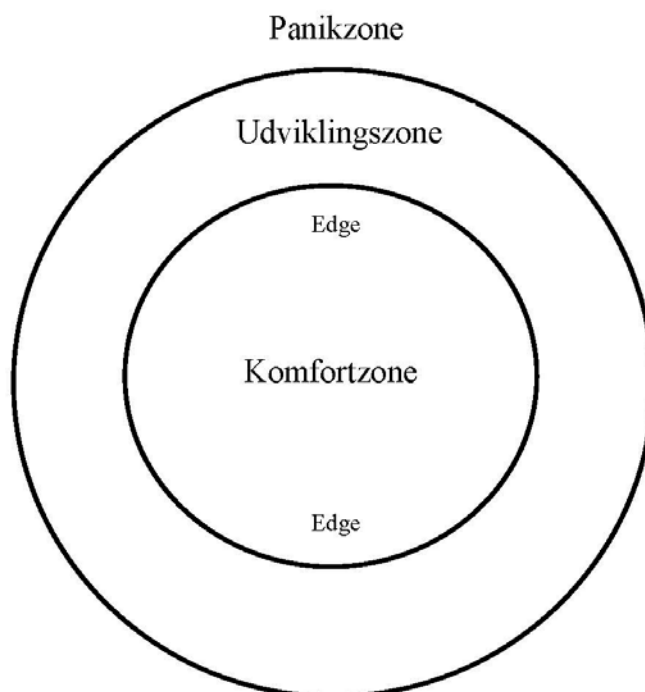
Komfortzonen

De fleste kan ikke genkende til at have hørt om komfortzonen, og hvor vigtigt det tilsyneladende er, at bevæge sig ud af denne. Men det er de færreste der er bevidste omkring i hvilken grad de opsøger og udfordrer deres komfortzone. Deltagerne på Arctivity havde bevidst valgt, at udfordre deres tilstedeværelse i komfortzonen, da de tilmeldte sig Arctivity og valgte klatring som aktivitet.

Indenfor blandt andet adventureforskning og aktiviteter med en høj grad af risiko, er teorien om en komfortzone meget brugt (Brown, 2008, s. 3; Panicucci, 2007, s. 38). Komfortzone-

modellen danner en teoretisk ramme for hvor læring foregår, og er afhængig af, at skabe uligevægt i personens nuværende tænkning eller følelse. Personens umiddelbare følelse og tænkning, bør udfordres og på den måde trækkes ind i det ukendte (Panicucci, 2007, s. 39). Den teoretiske ramme refererer ofte til, at elementer af risiko og ekstreme udfordringer fremskynder denne proces. Modellen hviler på et psykologisk perspektiv, hvor det er personens psykiske barometre som udfordres, mens den fysiske helse forbliver tryk.

Komfortzonemodellen er grafisk fremstillet i figur 1. Modellen indeholder elementer fra to forskellige fremstillinger af komfortzonen, og er et udtryk for de variationer som findes indenfor feltet om adventure- og mestringsforskning. Her ses at læringszonen (udviklingszonen) befinder sig mellem komfort- og panikzonerne.



Figur 1. Komfortzonemodellen (Nadler, 1995, s. 53; Panicucci, 2007, s. 39).

Tankegangen bag komfortzonemodellen baserer sig på, at tilstedeværelse og ophold i en situation præget af stress, vil tvinge en til at overkomme frygten og dermed vokse som individ (Brown, 2008, s. 3). I komfortzonen hersker der ligevægt og det er en beroligende tilstand. I udviklingszonen, det som Panicucci (2007, s. 38) også kalder for 'the stretch zone', bliver vores sanser skærpet og der eksisterer noget ubalance. I den yderste zone, panikzonen, er der en stor grad af uligevægt og ubalance, og på dette stadie er der så meget stress, at det næsten vil opleves som umuligt, at tilrettelægge for et godt læringsmiljø (Panicucci, 2007, s. 38-39).

Denne beskrivelse af komfortzonemodellen er en forenkling af flere andre lignende modeller. Blandt andet fremstiller Nadler (1995, s. 52) cirklen som omkranser komfortzonen, som en kant (edge), hvor deltageren enten kan bryde igennem denne kant eller vende tilbage til trygheden i komfortzonen. Ved at bryde ens eksisterende kant, etableres efterhånden en ny midlertidig kant, hvor deltageren igen vil opleve, at der befinder sig et landskab af ukendt terræn på den anden side (Leberman & Martin, 2002, s. 11). Nadler (1995) viser altså at ideen om en komfortzone, er mere dynamisk og kompleks end Panicuccis (2007) fremstilling.

Ideen om at komfortzonen kan kaldes for en model og teori, stiller blandt andet Brown (2008, s. 10-11) sig kritisk til. Han henviser til at modellen hellere skal ses som en metafor, og argumenterer for dette udfra en forestilling om, at læring bør ske i autentiske situationer og at risikotagning skal være baseret på frivillighed. Det er også en refleksion til dem der arbejder med risikosport om, at al eksponering for risiko, ikke nødvendigvis er positiv. Der behøver ikke være sammenhæng mellem risikohåndtering, mestring og læring; risikoen er hellere at deltagerne muligvis vil opleve situationen som uoverkommelig. Hvis en situation opleves som uoverkommelig og stressniveauet bliver for højt, vil udfaldet kunne erfares som negativt og læringen vil ikke være til stede. Et bevidst forhold til i hvilken zone læringen har de bedste vilkår, samtidig med at omgivelserne ikke presser den enkelte ud i en risikoudfordring, som ligger langt over mål, vil være en frugtbar tilgang til tilrettelægning af adventureaktiviteter.

I et studie gennemført af Leberman og Martin (2002), undersøges og problematiseres fremgangsmåden med at 'skubbe' deltagerne udover deres kant i komfortzonen, for at få en stærkere og bedre læringsoplevelse. Informanterne rapporterede en stærkere oplevelse i de fysisk krævende aktiviteter, men samtidig var det igennem de sociale og kreative aktiviteter, hvor den største grad af læring blev rapporteret.

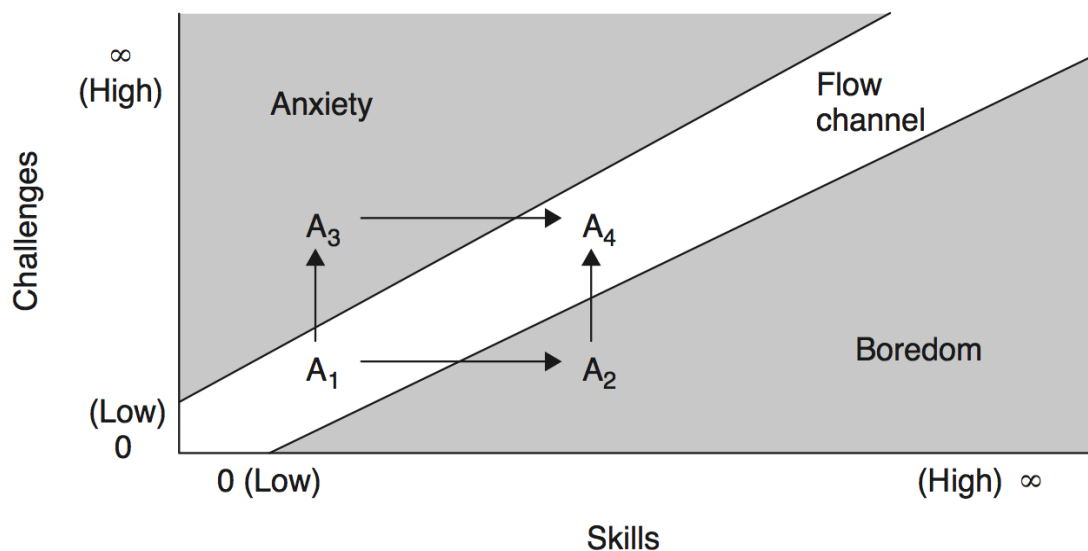
Denne opgave fokuserer på en tilgang til fysisk aktivitet, hvor risikohåndtering og udfordringer, er en central del. Deltagerne udfordres i deres fysiske færdigheder og psykiske kapacitet. Deltagerne var på et eller andet tidspunkt nødt til at forlade deres komfortzone, for at kunne deltage på klatreaktiviteten. Instruktørernes og de frivilliges arbejde, lå i at finde deltageres individuelle *kant* og balance mellem panik, læring/udfordring og komfort. Der var altså ikke lagt op til, at deltagerne skulle skubbes ud i stressfulde og risikospækkede situationer, med en forventning om, at det skulle bidrage til øget grad af mestring og dermed læring.

Komfortzonemodellen er på mange punkter forbundet med Csikszentmihalyis (2008) tanke om flow og optimale oplevelser. Begge modeller giver sine bidrag i forskningen og forståelsen af mestring indenfor (risiko)sport. I det næste afsnit belyses flowmodellen ud fra en tanke om, hvordan den kan hjælpe i en pædagogisk proces, hvor mestring er i fokus og oplevelserne skal erfares som meningsfulde.

Csikszentmihalyis teori om flow

Når en aktivitet opleves som så inspirerende og dragende, at man vil opsøge den igen og igen, kalder Csikszentmihalyi det for en *optimal oplevelse*. En optimal oplevelse, er en oplevelse hvor koncentrationen er så intens, at den ikke efterlader noget opmærksomhed tilbage til at tænke over andre ting (Csikszentmihalyi, 2014, s. 216-217). Oplevelsen bliver så altopslugende, at tankerne og bevidstheden smelter sammen. Oplevelsen kræver hele ens opmærksomhed og der er ikke kapacitet til at tænke på problemer eller diskussioner, som eksisterer på andre arenaer. Tilstanden kan derfor opleves, som en flugt eller rejse ind i vægtløsheden.

I flowmodellen i figur 2, ses hvordan både A_1 og A_4 befinder sig i flowzonen. Flowzonen er en tilstand, hvor man kontinuerligt må tilpasse og justere ens individuelle færdigheder (skills) og udefrakommende udfordringer (challenges). At opleve flow, sidestilles med optimale oplevelser.



Figur 2. Flowmodellen (Csikszentmihalyi, 2008, s. 74).

Figuren viser også hvordan vejen fra A_1 til A_4 nødvendigvis må gå igennem enten en periode, der opleves som angstfremkaldende (anxiety) eller hvor kedsomhed (boredom) præger

tilstanden. I en tilstand hvor angst er den primære følelse, eksisterer der to alternative løsninger. Enten kan personen forsøge at forbedre sine færdigheder, og på den måde komme til flowzonens A₄, eller også finde en ny aktivitet. Csikszentmihalyi (2008, s. 75) fremhæver, at når man først befinder sig i enten A₃ eller A₂, kan det være svært, ja næsten umuligt, at gå tilbage til A₁. Flow bliver dermed en dynamisk proces, hvor man konstant må arbejde for at opnå rigtig tilpasning af ens færdigheder og aktivitetens udfordringer.

Opnåelse af flowtilstanden øger i kompleksitet, proportionalt med udviklingen af individets færdigheder. Jo bedre færdigheder, jo større udfordring må til for at matche A₄s krav til ophold i flowzonen. Det er derfor interessant, både at undersøge hvordan nybegyndere og øvede udøvere beskriver deres oplevelse med flow, da de befinder sig i to forskellige ender af skalaen. Dette studie fokuserer kun på den ene af disse grupper, nemlig nybegynderne.

En optimal oplevelse, eller 'deep flow', er selve grundstrukturen i vores erfaringer, da de udgør en subjektiv oplevelse. Den subjektive oplevelse af flow kræver, at ens færdigheder og omgivelsernes udfordringer er i balance. Denne oplevelse og balance kaldes for autotelisk (Csikszentmihalyi, 2014, s. 209-218). En autotelisk oplevelse er en belønning i sig selv og belønning er en drivkraft for vores indre motivation. Vi behøver ikke ydre faktorer, som penge eller ros, oplevelsen i sig selv er nok til, at vi frivillig vælger at opsøge lignede aktiviteter igen. Vi har et indre ønske om at komme tilbage til samme flowtilstand.

I Mackenzie, Hodge og Boyes' (2011) studie om flow i adventureaktiviteter, fandt man ud af, at studiets informanter oplevede og beskrev stærkest grad af flow i en læringssituation. Dette kunne både være som nybegynder, eller som øvet udøver. Mackenzies et al. (2011) studie baserer sig på flowmodellen som teoretisk rammeværk, men i informanternes svar og beskrivelser, er det i læringssituationer, hvor den mest intense flowtilstand opstår. Læringszonen er også central i komfortzonemodellen og det er på dette stadie de stærkeste oplevelser opstår.

I et andet studie, også af Mackenzie et al. (2013), fandt man lignede resultater ved udelukkende at fokusere på nybegyndere i white water river surfing. Nybegynderne rapporterede en langt mere intens grad af flow, og oplevede at opholde sig i tilstanden over en længere periode. Samtidig var nybegynderne også mere udmattede efter en lang dag med aktivitet, og det samme var gældende dagen efter, før aktiviteten begyndte igen.

Informanternes beskrivelser af den optimale oplevelse, blev ofte indledt med en vis form for frygt eller rædsel mod den forestående udfordring.

2.3 Social identitet

Både flowmodellen og komfortzonemodellen er to modeller, der vægtlægger et individfokus i mestringsprocessen. Klatring er en aktivitet, hvor individet står i centrum, men det er samtidig også en aktivitet, der er afhængig af et mellemmenneskeligt samspil. Klatring foregår som oftest i par, og i et vist omfang er klatreoplevelsen baseret på god kommunikation og gensidig tillid. Det er derfor centralt at løfte blikket fra individet, til også at inkludere social identitet, og ikke mindst fællesskabet, som et vigtigt parameter i klatreoplevelsen.

Social identitet i fællesskaber

Mennesket er et socialt væsen, og at søge det sociale er en naturlig del af det at være til. I et fællesskab eksisterer der specielle koder og et internt sprog opstår (Baarts, 2006, s. 70-71). Det interne sprog er ofte opstået med humor og i situationer hvor man kan grine sammen (Terrion & Ashforth, 2002, s. 55). Hvad man griner af og hvilke ting der defineres som humoristiske, dikteres af hvilken kultur der hersker i fællesskabet eller gruppen. I midlertidige grupper, som den gruppe Terrion og Ashforths (2002) studie forsker på, er det afgørende, at deltagerne føler et tilhørsforhold til gruppen. Dels i forhold til sammenholdet, men også når det gælder det, at føle ansvar for egen og andres læring. Derfor er det vigtigt at etablere en fælles platform, hvor alle medlemmer af gruppen føler sig inkluderet (Terrion & Ashforth, 2002, s. 80-81). Her kan humor være en effektiv metode, i arbejdet med at opbygge en sådan platform. Igennem humoren skaber medlemmerne af fællesskabet en identitet, der kun er forbeholdt gruppen. Den interne humor bliver en inkluderende arena, som ekskluderer udefrakommende.

Indenfor et friluft- og adventureperspektiv er det et statussymbol, at opnå en "autentisk" identitet. En autentisk identitet er ikke samsvarende med en social identitet, men visse elementer går igen. I sit studie rapporterer Kane (2012, s. 275), at der ligger en social forståelse til grund for hver af de personer, der vælger at klatre og bestige Mount Everest. Turistbranchen appellerer til folk via en global, social status. Hvis man vælger at klatre Mount Everest er det i høj grad baseret på et individuelt ønske, men Kane (2012, s. 281-282) pointerer, at det ønske til dels er skabt i det sociale rum. Dette kan tyde på, at ens identitet afhænger af den sociale kontekst, man som menneske indgår i og ikke mindst associerer sig

med. Samtidig åbner det også op for en forståelse af, at ens identitet kan ændre sig og optræde på forskellige måder i de forskellige sociale konstellationer vi indgår i. Vores sociale identitet kan på det grundlag, i lighed med funktionshæmning, anses som værende kontekstuel.

Social mestring som primær- og sekundærkontrol

Goffman (2000, s. 13-14) forklarer stigma og anderledeshed hos mennesker, som en negativ, social etikette. Individet er afvigende i forhold til samfundets normer og sociale kendetegn. Social mestring af en (synlig) funktionsnedsættelse, handler i stor grad om at kunne kontrollere i hvor stor grad funktionsnedsættelsen skal tage plads i det offentlige rum (Grue & Rua, 2013, s. 57-61). Det handler om en evne til at vise de sider frem, som ikke er en del af funktionsnedsættelsen, og dermed definere sig selv indenfor andre kategorier end 'funktionshæmmet'. Primærkontrol som social mestringsstrategi, fokuserer på netop dette (Heckhausen & Schulz, 1995). Her indebærer mestringsstrategien, at personen forsøger at forandre omgivelserne til sine specielle behov. Primærkontrol, som social mestringsstrategi, er derfor en udadvendt tilgang, hvor forandring af rammebetingelserne står i fokus.

Modsat af en mestringsstrategi med et udadvendt fokus, finder vi mestring som sekundærkontrol. Mestring som sekundærkontrol, vender blikket indad og her forsøger den enkelte at tilpasse sig selv til sine omgivelser. Handlingerne er dermed rettet mod individet og hvordan ændringer kan foregå her (Grue & Rua, 2013, s. 42; Heckhausen & Schulz, 1995, s. 284). Sekundærkontrol har også den rolle, at træde i karakter, hvis en person ikke lykkes med mestring som primærkontrol. Det er ikke altid muligt at forandre rammebetingelserne i omgivelserne, og sekundærkontrol hjælper derfor personen med at beholde sit selvbillede og sin motivation i lignende situationer. En person kan f.eks. fokusere på dem, som har det værre end en selv, selvom man har opfattet sig selv som en fiasko, i en givet situation (Heckhausen & Schulz, 1995, s. 288). På den måde opretholdes personens selvtillid og man kan begynde at finde nye løsninger, hvor primærkontrol igen bliver den herskende mestringsstrategi.

Mestring som sekundær- og primærkontrol, er her beskrevet og redegjort for som to adskilte teoretiske tilstande. Men det liv vi lever, og de strategier vi tager i brug, er et resultat af et dynamisk liv. Vores dynamiske liv er kontekstuelle og optræder meget sjældent som enten det ene eller det andet. Hvilken strategi vi anvender i hvilken sammenhæng, affødes i den enkeltes livsverden. Livsverdenen er personlig og verden sanses på forskellige måder fra person til person.

I afsnittet nedenfor om klatring, bliver det tydeligt at social identitet og mestring, kan drage mange paralleller til risikosportbegrebet. Ikke mindst handler det om at udfordre sig selv og bryde ud af normalitetsformatet.

2.4 Klatring

Klatring appellerer til de som ønsker udfordringer både fysisk og psykisk. Det er en aktivitet, der spænder vidt og i det følgende vil klatringens mangfoldighed blive beskrevet, specielt med fokus på hvordan den udfoldede sig på Arctivity. Videre vil klatring som risikosport blive præsenteret og det bliver problematiseret hvad der er afgørende for, at mennesket frivilligt opsøger arenaer hvor risiko er involveret.

Klatring på Arctivity

Historisk set har klatring været en aktivitet præget af en stor mængde risiko, og det var en aktivitet forbeholdt de få. Det var kun de færreste, der havde overskud og tid i hverdagen til at klatre. I dag er klatring derimod en aktivitet, der er tilgængelig for de mange, blandt andet igennem organiserede klubber, hvor der afholdes nybegynderkursus for alle, som har lyst til en introduktion til feltet (Breivik, 2001, s. 146-147). Samtidig er det uorganiserede miljø blevet lettere tilgængeligt, hvor de sociale medier spiller en afgørende rolle, som formidler og kontaktetableringsbase.

Klatring er en aktivitet, der rummer mange forskellige niveauer og udøves på mange forskellige arenaer. Aktiviteten spænder vidt, helt fra traditionsrige alpine ekspeditioner under ekstreme forhold, til toprebsklatring indendørs. Klatring som aktivitet på Arctivity, placerer sig i kategorien *udeklatring*, og hele oplægget foregik primært udendørs. Klatringens sværhedsgrader var tilpasset deltagerens niveau og færdigheder. Deltagerne var alle nybegyndere og ruterne og rappellerne blev udvalgt derefter. Rappelling er et element indenfor klatresporten, hvor deltageren firer sig selv ned fra toppen af en klippe eller en klatrerute, ved hjælp af sikringsmidler og reb. Her handler det om at komme trygt ned, og udfordringen for den enkelte ligger ofte i at turde fire sig selv udover kanten.

I klippevæggen var der fastmonteret bolte langs hele ruten, og i toppen sad et topanker til at sikre sig i. Indenfor klatreterminologien var der altså snak om *sportsklatring*. Udendørs sportsklatring, er en aktivitet der i sig selv er spændende og risikofyldt. Det er en aktivitet, hvor sikringsmidler og sikkerhedselementer med lethed kan mestres og kontrolleres, hvis udøverne gør tingene på den rigtige måde. Klatreren, og den som sikrer klatreren, må indgå i

et kammeratskab, hvor tillid er en af grundstenene. Klatrerens sikkerhed er helt afhængig af sikrerens færdigheder og fokus, og tilliden er baseret på dette (Tronstad, 2011, s. 56). Den potentielle risiko, er med andre ord, i høj grad baseret på menneskelige faktorer.

Risikosøgning

Frivillig risikosøgning er et fænomen, der kan beskrives ud fra flere forskellige forståelser. Ifølge Breivik (2004, s. 8) er risikosport og spændingssøgning et fænomen, der opstår som modpol til samfundets kedelige og forudsigelige rutine. Det er en arena, hvor vi aktivt og frivilligt vælger risiko til, i vores jagt efter spænding og nye udfordringer. Ud fra dette perspektiv kan man argumentere for, at forståelsen hviler på individuelle faktorer. Det er individuelle forskelle, der er afgørende for, i hvilken grad vi er villige til at deltage i, og opsøge risikoaktiviteter (Langseth, 2011, s. 629-630).

En social forståelse af risikofænomenet, fokuserer på hvordan vi personligt tilpasser os samfundets kulturelle koder og forventninger (Langseth, 2011, s. 629-630). I dagens moderne samfund er fysisk aktivitet, og specielt aktiviteter med risikoelementer, blevet en identitetsmarkør. Det er en markør, der kræver mestring og håndtering af visse kulturelle koder. Samtidig er det også en ekstern markør, hvor vi på sidelinjen har visse forestillinger om, hvilke personer der klatrer. Hvis vi ser en blind person, eller en person som mangler et ben i klatrevæggen, må vi sandsynligvis revurdere en del af vores forestilling om hvilke typer personer, der er aktive med klatring (Goffman, 1968, s. 20-21).

Risikosøgning giver os en stærkere sanseoplevelse og frihedsfølelse (Breivik, 2011, s. 324; Langseth, 2011, s. 629). Det er jagten efter stærke flowoplevelser, der gør klatring til en eftertragtet aktivitet. Klatring indeholder elementer, som er potentielt risikoudløsende. Ved forkert eller uopmærksom brug af f.eks. sikringsmidler og -metoder, kan konsekvenserne være fatale. Men ved at mestre, eller eventuelt minimere, disse elementer, kan det være en måde at opnå intense oplevelser igennem.

Udfordringen må på et eller andet plan nødvendigvis matche hver enkeltes forudsætninger og færdigheder, for at risikoen opleves som acceptabel og at udfordringen appellerer til gentagelse. Balancegangen mellem stærke og grænseoverskridende oplevelser og panik, kan være hårfin. Det hænger sammen med, hvordan hver enkelt deltager oplever og håndterer risikoen. Der kan altså være stor asymmetri mellem deltagerens *subjektivt* oplevede risiko og den faktiske *objektive* risiko (Breivik, 2001, s. 155-156). Hvordan dette kommer til udtryk hos

deltagerne, bliver tema i diskussionen. Her belyses det udfra datamaterialets fund og antagelser.

Det kræver selvtillid og tro på egne evner, at bevæge sig ud i friluftaktiviteter, som indeholder elementer af risiko. Personer med fysiske funktionsnedsættelser er udfordret, ikke bare af aktiviteten, men også af samfundets forventninger og usynlige begrænsninger og holdning til hvad der er normalt eller ikke (Burns et al., 2013, s. 1070). Burns et al. (2013) har undersøgt funktionshæmmedes syn på udendørs rekreation. De fandt blandt andet ud af, at frivillig risiko var en vigtig del af udendørsoplevelsen for informanterne. Det gav en oplevelse af følelsesmæssigt engagement, kontrol og bidrog til at skabe en slags identitet og et tilhørsforhold.

Identiteten i risikosport, er en del af det at være medlem af det moderne samfund, og som Langseth (2011, s. 631) påpeger, er identiteten afhængig af vores personlige tilpasning til disse kulturelle koder. De samme elementer var centrale i Days (2013, s. 2069) forskning. Her fortæller informanterne om, at risikoen i aktiviteten ikke bare er acceptabel, den bidrager også til at informanterne tester og finder deres grænser i forhold til sig selv og deres funktionsnedsættelse. Håndteringen af risiko bliver en 'kicker', og en del af selve fortsættelsen i aktiviteten. Det er kombinationen mellem håndtering af risiko og flow, der bidrager til fastholdelse i aktiviteten.

2.5 Kroppens tilstedeværelse

Kroppen er et vigtigt parameter i oplevelser og erfaringer med klatring. Klatring er en kropslig aktivitet, hvor refleksioner om, og tilstedeværelse i kroppen er centrale. Dette gælder både bevidst og ubevidst, og i det følgende vil oplevelse af vores egen krop blive tematiseret.

Den subjektive og objektive krop

Arctivity er et arrangement, hvor den nordnorske natur danner rammerne for aktiviteternes udfoldelser. Aktiviteterne foregår ude i den fri luft, uanset vejr og vind. Alle aktiviteterne kræver fysisk udfoldelse, har elementer som udfordrer og giver fart og spænding (Arctivity, 2015). I aktiviteterne er kroppen et vigtigt redskab, ikke bare fysisk set, men også når det gælder at fordøje dagens oplevelser og erfaringer. Kroppen er altid nærværende for hver enkelt af os. At kroppen er nærværende, har betydning for hvordan vi erfarer verden og bearbejder vores oplevelser (Duesund, 2006, s. 37-38). Vores erfaringer og oplevelser bliver

bearbejdet af os selv, men vi observerer også andres oplevelser. På den måde er kroppen både subjektiv og objektiv på en og samme tid.

Det betyder også, at vores krop er social og indgår i en sammenhæng og kontekst, hvor den spejler og bliver spejlet. Vi kan dog aldrig gøre os fri fra kroppen, men igennem aktivitet og bevægelse kan vi for en kort bemærkning ”glemme” kroppen (Duesund, 2006, s. 35-40). Når vi glemmer kroppens tilstedeværelse, befinder vi os på et plan hvor alt smelter sammen og hele vores opmærksomhed er skærpet omkring en aktivitet. Det er en tilstand som er tæt forbundet med de samme processer, der blev beskrevet som forudsætninger for mestrings- og optimale oplevelser tidligere (Csikszentmihalyi, 2008).

Kroppen som objekt, er et udbredt syn på funktionshæmning indenfor det medicinske perspektiv. Her er det vigtigt at fastholde et udgangspunkt, hvor både kroppen som objekt og subjekt, ses som to tilstande der hænger sammen. Den subjektive krop er en del af vores erfaringer og igennem subjektive refleksioner, kan vi få tilgang til den objektive krop (Duesund, 2006, s. 36-37). På samme måde kan vi dermed også objektivisere kroppen, og på den måde stille os udenfor kroppen, eller frakoble os selv fra den.

Den subjektive krop kaldes også for den levede, fænomenologiske krop. Den subjektive krop kan, ifølge Merleau-Ponty (2009, s. 6), ikke adskilles fra den objektive. I næste afsnit forklares hvad der menes med dette.

Den fænomenologiske krop

At beskrive kroppen som værende både kontekstuel, social, reflekterende, subjektiv og objektiv, er at placere kroppen indenfor en fænomenologisk tradition. En fænomenologisk krop, er ifølge Merleau-Ponty (2009, s. 89-96), en erfarende krop, som den viser sig for mig selv og andre. Det er igennem erfaringerne og refleksionerne, at vi får tilgang til bevidstheden omkring vores egen krop. Erfaringer er med andre ord primære for vores kropslige bevidsthed.

Kroppen er et essentielt udgangspunkt for vores selvopfattelse, og at krænke kroppen, krænker dermed også mennesket (Duesund, 1995, s. 8). Hvordan deltagerne på Arctivity ser på deres egen funktionsnedsættelse, bliver derfor et interessant indspil til tematikken omkring, hvordan kroppen bidrager til vores selvopfattelse, og hvilken rolle hver enkeltes forhold til kroppen spiller i mestringsfremmende processer. En fænomenologisk krop er ikke en fysiologisk mekanisme, og vi er mennesker i en kropslig eksistens (Thøgersen, 2004, s. 103-

105). Den kropslige eksistens falder sammen med vores oplevelse og tilstedeværelse i fysisk aktivitet. Det er en tilstand hvor kroppen er aktiv, men vi kan ikke 'forlade' kroppen og se på aktiviteten i et udefra syn. Vi er bundet til at blive i kroppen og samspille med den.

Fysisk aktivitet og bevægelse påvirker kroppen og hele ens kropsbevidsthed. Duesund og Skårderud (2003) har undersøgt sammenhængen mellem fysisk aktivitet, kropsfokus og anoreksi. De fandt blandt andet ud af, at personer med anoreksi, glemte det ydre fokus på sin egen krop, under udførelse af en given fysisk aktivitet. Deres kropsfokus flyttede sig fra et negativt og belastende sygdomsperspektiv, til at blive ubevidst og sekundært. Informanterne opnåede en kontakt og identifikation med sin egen krop, hvor sammensmeltningen af den subjektive og objektive krop, bidrog til velvære i aktiviteten (Duesund & Skårderud, 2003, s. 65). Igen ser vi hvordan sammenhængen mellem mestringsprocesser og tilstedeværelsen i vores krop bliver smedet sammen.

Kapitel 3. Metodologi og forskningsdesign

I dette kapitel redegøres for studiets design og hvordan data er indsamlet og analyseret. Forskningsspørgsmålet bestemmer metoden og retningen for indsamlingen af studiets datamateriale (Fangen, 2010, s. 33-35). Metoden bygger på et kvalitativt design og studiens videnskabsteoretiske fundament, har mange lighedstræk med en fænomenologisk tilnærmelse. Dette redegøres for i kapitlets første del. I kapitlets anden del bliver studiets udvalg og dataindsamlingen beskrevet og hvilke tanker og overvejelser, der har været styrende for processen. Dernæst bliver analysen af dataene tematiseret og min rolle som forsker bliver fremhævet. Studiets analytiske grundlag tager udgangspunkt i Reflective Lifeworld Research-tilnærmelsen, der henter sin inspiration fra fænomenologiens filosofi (Dahlberg, Dahlberg, & Nyström, 2008). Kapitlet afsluttes med etiske refleksioner, hvor særligt informeret samtykke og studiets gyldighed og troværdighed bliver trukket frem som centrale elementer.

3.1 Kvalitativ forskning

Studiets forskningsdesign er kvalitativt. Kvalitativ forskning er en måde at komme tæt på og udforske menneskelige processer i en virkelig situation (Nilssen, 2012, s. 25-26). Det er en metode, som giver forskeren tilgang til personers livsverden, oplevelser og hvilke tanker og meninger de har (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 20-21). Herigennem karakteriseres kvalitativ forskning ved, at dataindsamlingen foregår i en naturlig sammenhæng, hvor forskeren selv spiller en central rolle, som videnskabeligt instrument. Den baserer sig på en nærhed til forskningsobjekterne, der giver forskeren en unik tilgang til deltagernes perspektiver og meninger. Nærheden i relationen tillægges stor betydning (Creswell, 2013, s. 45, 47).

Ud fra problemstillingerne er det mit mål, at undersøge hvordan deltagerne på klatring oplever mening og mestring i aktiviteten, og derigennem at få deres perspektiver på egen funktionsnedsættelse. En kvalitativ tilnærmelse giver mig derfor en unik mulighed til at engagere mig personligt i deltagernes oplevelser, og komme helt tæt på deres erfaringer. Mit forskningsstudie udspringer i virkelige situationer på Arctivity, hvor den naturlige indstilling og nærheden til deltagerne har været et centralt og vigtigt udgangspunkt for datamaterialets tilblivelse, og ikke mindst har det været styrende for analysen af disse data.

3.2 Metodetriangulering

Indenfor kvalitativ forskning, findes der varierende metodiske tilnærmelser for at fremskaffe datamateriale (Creswell, 2013, s. 42). Dette studies samlede datamateriale er resultatet af en kombination mellem flere forskellige metoder. Når man kombinerer flere forskellige metoder, kaldes det ofte for mixed methods eller triangulering (Røykenes, 2008, s. 224). Metodetriangulering kan bidrage til en udvidet helhedsforståelse af de fænomener der forskes på. Den udvidede helhedsforståelse giver en nuancering af problemstillingen, samtidig som det giver forskeren flere ben at stå på.

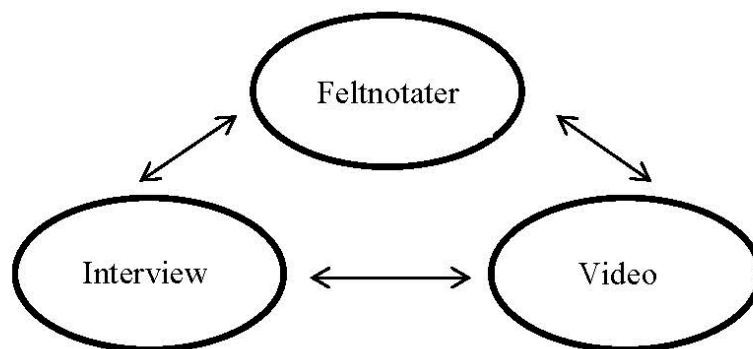
Studiets oprindelige metodesæt byggede på et fundament bestående af semistrukturerede livsverdeninterview og feltnotater. I kraft af min rolle som både deltagende forsker og frivillig, påvirkede mine feltnotater og observationer undervejs på Arctivity, i høj grad hvordan interviewene blev gennemført. Dette skal forstås på følgende måde: Interviewene blev gennemført i slutningen af ugen og jeg havde dermed haft flere dage til at lære deltagerne at kende og samtidig gøre en del observationer, både bevidste og mere ubevidste. Disse observationer og relationen til deltagerne, påvirkede hvordan interviewene blev struktureret. Feltnotaterne var således et resultat af mine egne tanker, refleksioner og perspektiver, som satte sit præg på hvordan interviewene blev gennemført og hvilke spørgsmål der blev vægtlagt, og i enkelte tilfælde fravalgt (Wadel & Fuglestad, 2014, s. 222-223).

Baggrunden og tankegangen for interviewene er beskrevet i interviewguiden (se bilag 6). Interviewguiden havde en tematisering, der var udarbejdet på forhånd, men i løbet af Arctivity kom der flere temaer og elementer til, som jeg ikke havde tænkt på, på forhånd. På baggrund af mine feltnotater og forhåndsforberedelser, oparbejdede jeg altså en idé og antagelse om hvordan interviewene ville udarte sig. Længden på interviewene og ikke mindst informationen i interviewene, samsvarede dog ikke helt med den prædiktion. Dette undrede mig, og jeg stillede spørgsmålstejn ved, hvorfor der ikke kom den samme fyldige information frem i interviewene, som jeg havde observeret og reflekteret over i mine feltnotater.

En tanke var at gennemføre et opfølgingsinterview med alle deltagerne nogle måneder efter Arctivity og dermed få mere udfyldende information. Dette ville også give mig muligheden for at stille mere dybdegående spørgsmål, i forhold til deltagerens oplevelse af mestring med klatring. Denne tanke blev efterhånden forkastet, da jeg ikke havde tro på, at det ville give

datamaterialet mere tyngde. At beskrive mestring, kan for mange være en diffus oplevelse, og det kan være svært at sætte ord på mestringsoplevelsen, specielt så lang tid efter den givne oplevelse (Csikszentmihalyi, 2008, s. 28-30).

Som et resultat af denne undring, udsprang ideen om at anvende arbejdsvideoerne fra Arctivity. Videoerne ville kunne tilføje et element til datamaterialet, der ikke var beskrevet med ord, men observeret visuelt. Deltagernes oplevelse af mestring og mening, ville her blive kropsligt fremstillet og der ville ikke stilles krav til en verbal oversættelse af oplevelserne fra deltagernes side.



Figur 3. Samspillet mellem metoderne.

Figur 3 illustrerer en grafisk fremstilling af samspillet mellem de forskellige metoder. Interview, feltnotater og videoobservation, udgør hver en tredjedel af metodetrianguleringen. Hver tredjedel supplerer hinanden på en sådan måde, at mestring og mening hos deltagerne, fremtræder i flere forskellige former og nuancer. Det er disse former og nuancer, der bidrager til at udsnittet af virkeligheden bliver mere fuldstændigt (Atkinson & Coffey, 2003, s. 115).

Ingen af metoderne optræder alene, og ingen af metoderne er opstået udelukkende i kraft af sig selv, men de indgår i en dynamisk vekselvirkning, hvor en gensidig påvirkning giver mig et mere detaljeret datamateriale at arbejde med. Det er vigtigt at huske på, at hver enkelt metode har sine styrker og svagheder. Disse svagheder og styrker vil ikke forsvinde, bare fordi f.eks. interviewene og feltnotaterne bliver set i lys af videoobservationerne (Atkinson & Coffey, 2003, s. 114-115).

3.3 Fænomenologi

Fænomenologi er først og fremmest en metode der karakteriseres ved sit fokus på første-persons-perspektivet. Edmund Husserl, der regnes som fænomenologiens grundlægger,

udviklede i begyndelsen af 1900-tallet, en filosofisk idé og antagelse om at første-persons-perspektivet og det at 'gå til sagen selv', skulle være styrende for den fænomenologiske filosofi og metodologi. (Holgensen, Fink-Jensen, Nielsen, & Rønholt, 2003, s. 51).

At "gå til sagen selv" betyder, at vores undersøgelse og metodevalg bør styres af det som rent faktisk foreligger, snarere end af det vi *forventer* at finde ud fra vores teoretiske standpunkt (Zahavi, 2003, s. 25). For at kunne sige noget om hvad der rent faktisk foreligger, og for at kunne se fænomenet som det fremtræder, må vi, ifølge Husserl, sætte parentes om vores forudindtagede naturlige indstilling til hvordan verden kan være. Dette kalder Husserl for epoché (Holgensen et al., 2003, s. 60; Zahavi, 2003, s. 22-23). Epochén fører vores fænomenologiske analyse videre, og gør os i stand til, at reducere det fænomen der forskes på, og dermed se sammenhængen mellem subjektiviteten og verden (Zahavi, 2003, s. 22).

Husserls tanke og filosofi omkring epochén, og hvordan den muliggør en fordomsfri iagttagelse, er en spændende antagelse. For en ting er hvad der er filosofisk muligt som et tankeeksperiment, en helt anden ting er, hvad som er praktisk muligt ude i felten. Min naturlige indstilling og forudindtagede erfaringer, kan ikke tilsidesættes i en parentes, men jeg kan kalde dem frem i min bevidsthed og dermed inddrage dem i min refleksion over hvordan de f.eks. påvirker min analyse af fænomenet klatring. Udfordringen med at tilsidesætte mine tidligere erfaringer, uddybes og problematisere mere indgående på side 35 i afsnittet '*Forforståelse og min rolle som forsker*'.

Subjektivitet og verden hænger nøje sammen med det fænomenologien kalder den førvidenskabelige erfaringsverden, altså livsverdenen (Creswell, 2013, s. 76). Helt fra den tidlige fænomenologiske udvikling, har livsverden været et centralt begreb. Livsverdenen er den verden vi lever i og som vi tager for givet, uden at reflektere noget mere over dens eksistens. Livsverden er derfor en subjektiv tilstand og fører til at flere subjekter ikke vil og kan opleve verden på akkurat samme måde, da to komplette kopier af én krop og person ikke er muligt (Thornquist, 2003, s. 113-115).

I forlængelse af Husserls tanker og ideer, udspringer Merleau-Pontys (2009) kropsfænomenologi. I teori afsnittet '*Den fænomenologiske krop*', var jeg inde på hvordan den fænomenologiske krop, spiller en vigtig rolle i vores oplevelse af og erfaringer med klatring. Merleau-Ponty (2009, s. 4-5) anser, i lighed med Husserl, livsverdenen som en hjørnesten i fænomenologien, men han forstår ikke livsverdenen som noget udelukkende subjektivt.

Merleau-Ponty mener at *både* verden og mennesket bidrager til vores oplevelse (Thøgersen, 2004, s. 24). Oplevelsen forklarer Merleau-Ponty (2009, s. 28-29) igennem vores tilstedeværelse i kroppen. Vores krop er altid nærværende som sig selv og det er i kraft af kroppen, at mennesket overhovedet har et perspektiv på verden. Deltagerne på Arctivity oplever dermed mestring og mening igennem deres tilstedeværelse i kroppen, for det er med kroppen, at vi er til stede i verden og i kontakt med tingene, og som gør selve oplevelsen mulig.

Studiets videnskabssteoretiske forankring har altså sine rødder og henter inspiration indenfor fænomenologiens metode og filosofiske retning. Det er her vigtigt, at pointere at studiet dermed ikke hviler på en rendyrket og streng fænomenologisk tradition, men at det ovenstående danner grundlaget for tankegangen, som har været styrende for analysen og indsamlingen af datamaterialet. Studiet sigter dermed ikke mod nogen indgående fortolkning af deltageres oplevelser og erfaringer. Det elementære er at få tilgang til, og indblik i, deltageres erfarede livsverden og hvordan de beskriver sine oplevelser fra Arctivity ud fra denne. Og da oplevelser og erfaringer ikke er i stand til at sætte ord på sig selv, er det menneskets opgave at italesætte dem (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 47-49). Enkeltmenneskets perspektiv er centralt og har været styrende for studiets analyse.

3.4 Udvalg

Et forskningsstudies udvalg er afgørende for studiets fund, resultater og teoretiske udgangspunkt. Studiets fremgangsmåde for at få tilgang til deltagere, har baseret sig på det Thagaard (2009, s. 56) kalder for et tilgængelighedsudvalg. Et tilgængelighedsudvalg er et strategisk udvalg, hvor deltagerne repræsenterer bestemte egenskaber, der er relevante for problemstillingen, samtidig som de er tilgængelige for forskeren. Studiets udvælgelse af deltagere er dermed baseret på selektivisme, hvor valg af sted og kontekst har været styrende (Fangen, 2010, s. 52).

Rekruttering og inklusionskriterier

Deltagerne på klatring tilmeldte sig Arctivity via Arctivitys hjemmeside og jeg havde således ingen påvirkningskraft på eller oversigt over hvem der meldte sig på. Udvalget var derfor ukendt for mig indtil den første dag på Arctivity, hvor vi havde vores første møde. Jeg havde en uge før arrangementsstart fået en informations e-mail fra projektlederen, om at der var fem deltagere der havde tilmeldt sig klatring. Dermed kunne jeg forberede mig på at få gennemført

fem interview og havde dermed en antagelse om udvalgets størrelse, givet at alle deltagerne stillede op til interview.

For at tilmelde sig Arctivity forudsætter det, at man har en fysisk funktionsnedsættelse, er over 16 år, har interesse for friluftslivsaktiviteter lidt udover det almindelig og har lyst til at tilbringe det meste af dagen ude (Arctivity, 2015). Deltagerne betaler selv en deltagerafgift og deltagelse på arrangement er dermed ikke afhængig af rekvisition fra læge eller anden helsemyndighed. Arctivity er lagt således op, at deltagerne skal kunne komme uden en personlig assistent, såfremt de er selvstændige i personlig pleje. Der skal være frivillige nok til, at deltagerne skal få den støtte de har brug for.

På klatring var der altså fem personer, der havde tilmeldt sig, og alle indvilgede i at stille op til interview og dermed deltage i mit forskningsstudie. Udvalget består af tre kvinder og to mænd, med et aldersspænd fra 22 til 50 år. Det store aldersspænd anses ikke som betydningsfuldt for at kunne svare på problemstillingen. Problemstillingen lægger vægt på mestring og mening, i forhold til hver enkelt deltagers oplevelse af deres funktionsnedsættelse i en klatringskontekst. Der er således ikke lagt op til et fokus som inkluderer aldersinddeling, da dette ikke virker relevant for deltageres refleksioner og erfaringer.

Deltagerne havde begrænset kendskab til og erfaring med klatring fra tidligere, deres erfaringsgrundlag og udgangspunkt var derfor så godt som det samme. Alle fem deltagere havde haft klatring som første valg til aktivitet. Med undtagelse af én deltager, var funktionsnedsættelsen medfødt. For fire af deltagerne havde funktionsnedsættelsen dermed været en stor del af deres hverdag igennem hele livet.

Alle deltagerne er anonymiserede og jeg har givet dem nye navn. De vil ikke kunne genkendes i det transskriberede datamateriale eller opgavens tekst. Studiets fem deltagere består af følgende personer: Rasmus, Eva, Nanna, Ivar og Guro.

3.5 Dataindsamling

Som beskrevet og redegjort for i afsnittet '*3.2 Metodetriangulering*', er datamaterialet indsamlet og skabt via tre forskellige kvalitative metoder og indfaldsvinkler. Der er her fortrinsvis to metoder som er overordnede; observation og interview. Deltagende observation er en samfundsfaglig dataindsamlingsmetode, der giver mulighed for at studere samhandling og interaktion mellem mennesker. Metoden giver forskeren mulighed for at studere

mennesker i deres vante omgivelser, uden at påvirke og styre samhandlingen i samme grad og styrke som i et interview (Fangen, 2010, s. 15). Deltagende observation er både optaget af samspillet mellem forsker og deltagere, men også af samhandlingen imellem deltagerne. Altså hvor den første samhandling er optaget er deltagelse, er den næste optaget af observation (Wadel, 2014, s. 83). I dette studie er feltnotater og videoobservation anvendte metoder, indenfor hovedkategorien deltagende observation.

Interview derimod bygger på en relationel samtale, hvor professionel interaktion er centralt (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 20-22). Det er en samtale, hvor strukturen bygger på, og er afhængig af, samhandling. Semistrukturerede livsverdeninterview er en form for interview, der giver forskeren nok åbenhed, men samtidig nok struktur til at deltageren uden afbrydelser, kan skabe en forståelse for sine oplevelser og erfaringer med et givet fænomen.

Både interview og deltagende observation søger, at forstå verden fra deltagernes side og belyse deres livsverden, som den optræder for den enkelte (Thagaard, 2009, s. 13). Dermed er studiets dataindsamlingsmetoder og det videnskabsteoretiske ståsted, forbundet i en fælles forståelse for livsverdenens subjektive betydning.

Type datamateriale	Rådata	Bearbejdede data
Interview	5 interview Varighed: fra 15 til 29 min.	Transskriberet 27 sider
Feltnotater	34 håndskrevne sider	Transskriberet 7 sider
Video	20 videoer Samlede varighed: 11 min. og 16 sek. Korteste: 11 sek. Længste: 1 min og 42 sek.	Transskriberet 11 sider

Figur 4. Oversigt over datamaterialet.

Ovenfor, i figur 4, ses en oversigt over studiets samlede datamateriale. I de følgende afsnit vil semistrukturerede livsverdeninterview, feltnotater og videoobservation blive gennemgået separat og det vil fremgå hvordan dataindsamlingen er foregået i hvert enkelt tilfælde.

Semistruktureret livsverdeninterview

Et interview er en interaktionistisk samtale, der kan variere fra det helt strukturerede til at have en mere fritflydende form. Interaktionen ses som professionel, hvor formålet er at få tilgang til empiriske data om deltagerens livsverden (Gubrium & Holstein, 2003, s. 3; Kvale, 2007, s. 7). Et semistruktureret livsverdeninterview fokuserer på den sociale interaktion, der opstår i interviewsituationen. Her udvikler og skaber forskeren og deltageren i samspil, kundskab og forståelse for deltagerens beskrivelser af fænomenerne (Thagaard, 2009, s. 88-90). Strukturen gør, at forskeren på forhånd har en række temaer, og forslag til spørgsmål, som hun ønsker at få besvaret. Samtidig er strukturen så åben, at deltagerens svar på givne spørgsmål kan forfølges, hvis de anses som relevante for forskningsspørgsmålene (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 49).

Problemstillingen ønsker at finde svar på, hvordan deltagerne på Arctivity oplever klatring, med fokus på mestring og mening, i forhold til egen funktionsnedsættelse. Udgangspunktet for problemstillingen hviler på deltagerens egne perspektiver og beskrivelser, hvor fokus er på forståelse af det beskrevne fænomen. Til dette formål henvender semistrukturerede livsverdeninterview sig i kraft af deres forsøg på, at skabe nok struktur til at indramme temaerne, men alligevel nok åbenhed til at interviewerens kan stille åbne spørgsmål og lade deltageren komme med indspil til nye temaer (Kvale, 2007, s. 34). Som ny forsker i felten, giver det i tillæg mig en tryghed, at kunne forholde mig til nogle få konkrete spørgsmål og en nogenlunde fast struktur.

Kvale og Brinkmann (2015, s. 82-83) beskriver den kvalitative interviewmetode, som et håndværk der må læres igennem handling og aktiv gøre. At blive en god interviewer kræver øvelse og erfaring, samt overskud til at lytte nærværende til det deltageren kommunikerer ud. Det er altså ikke en færdighed man kan udvikle ved at tilbringe dagen i læsesalens tavse båse. At blive mester indenfor interviewfaget tager lang tid, og kræver både øvelse og erfaring. Derfor gennemførte jeg i forkant af Arctivity fire prøveinterview med tre forskellige personer. Ingen af personerne havde en fysisk funktionsnedsættelse, men alle havde et forhold til at være aktiv med klatring og friluftsliv. Igennem mine prøveinterview blev både interviewguiden (se bilag 6) og jeg som interviewer testet.

Prøveinterviewene gav mig vigtig kundskab om hvad som fungerede i interviewguiden og uvurderlig erfaring i min rolle som interviewer. Flere punkter og temaer i interviewguiden blev revideret og jeg fik tilbagemelding på min fremtræden i interviewsituationen. Blandt

andet trak den ene prøveinformant frem, at jeg måtte give hende lidt mere tid til at svare, før jeg stillede næste spørgsmål. Hun var ikke færdig med at svare, bare fordi hun stoppede op; hun havde brug for lidt tid til at formulere sine svar. Dette var en vigtig erfaring, som jeg tog med mig ind i interviewene på Arctivity, og jeg forsøgte at give deltagerne rum til refleksion undervejs.

Interviewguiden bærer også præg af åbenhed og mulighed for forandringer. Guiden er inddelt i fire faser, og i hver fase er der forslag til konkrete spørgsmål. Første og anden fase fokuserer på opnåelse af kontakt og tryghed i situationen, både for deltageren og mig som interviewer. De to første faser er dermed indledende for selve interviewet. Tredje fase er selve interviewets kerne og er opdelt i kategorier, som knytter sig til mestring, mening, klatring og funktionsnedsættelse. Fjerde og sidste fase er afsluttende. Her får deltageren muligheden for at komme med temaer eller perspektiver, som endnu ikke har været samtaleemne og kan give tilbagemelding på hvordan det har været at blive interviewet.

Interviewene blev gennemført de to sidste dage på Arctivity. Alle interviewene foregik udendørs og blev gennemført i eventuelle pauser, hvor deltageren enten ventede på at kunne klatre en rute eller havde brug for at hvile kroppen. Det at interviewene blev gennemført ude i umiddelbar nærhed til klatrevæggen, gjorde at interviewene fik en uhøjtidelig og let stemning. Det var altså en arena hvor deltagerne og jeg allerede havde oparbejdet en relation og tryghed, og denne kontakt blev videreført ind i interviewkonteksten (Kvale, 2007, s. 55-56). Fire af deltagerne havde jeg igennem hele ugen haft som passagerer i min bil, frem og tilbage til klatrefelterne. Køreturen var på ca. en time hver vej. Dette var medvirkende til at jeg havde fået en tættere relation til de fire under køreturen, og det kunne tydeligt mærkes, da jeg interviewede den person, der havde været passager i en anden bil.

Interviewene blev optaget på diktafon og jeg tog notater undervejs og efter hvert interview. Disse notater er en del af mine feltnotater og afspejler de observationer jeg gjorde undervejs i interviewet, og hvilke efterrefleksioner jeg havde i forhold til hvert enkelt interview. Længden på interviewene varierede fra 15 til 29 minutter. Interviewene er transskriberet i umiddelbart efter af Arctivity og jeg havde således oplevelsen af interviewsituationen friskt i erindringen.

43. L: Men du fant en. Føler du at du fant en teknikk i forhold til å kompensere for...
44. D: Ja, og så, men jeg måtte på en måte bare få et godt grep og at det var viktig å gjøre det i sitt eget tempo.
45. L: Ja...
46. D: Det merker jeg fort. At man må jo bare tilpasse seg, og be klatreren om å klatre sakte, slik at jeg får tid til å stramme inn tovet. F.eks. sånne småting da.

Figur 5. Uddrag fra interviewtransskription, med inspiration fra Sollied (2009, s. 231).

Transskriberingen har lagt vekt på helheden i deltagerens svar. Dette betyder at interviewene er oversat ordret fra mundtlig til skriftligt sprog, men at alle mikrodetaljer og bindeord, såsom gentagelser hvor deltageren stammer, bruger 'liksom' og eh-er ikke er taget med (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 208-209). I enkelte tilfælde anser jeg eh'et for betydningsfuldt for deltagerens svar, og her er det selvsagt taget med. Set ud fra et fænomenologisk livsverden perspektiv, anses alle detaljer, og specielt nonverbal kommunikation, for vigtige i beskrivelsen af fænomenerne (Dahlberg et al., 2008, s. 201-203). Men at notere nonverbal kommunikation, samtidig med at interviewe og holde fokus på deltageren, kræver erfaring og overskud i interviewsituationen. Jeg valgte derfor hovedsageligt at tage notater efter hvert interview, hvor mine observationer undervejs i interviewet blev nedtegnet.

Hvert svar eller spørgsmål i transskriptioner er nummereret, og 'L' indikerer at udsagnet kommer fra mig og 'D' referer til at det er deltagerens udsagn. Nummereringen gør det lettere for mig, at finde tilbage til den originale del af transskriptionen, specielt i analysen hvor interviewtransskriptionerne klippes ud. Alle fem interview udgør tilsammen 27 sider efter transskriberingen.

Feltnotater

Under et feltarbejde kan det være svært at skelne mellem hvilke observationer, som er relevante og væsentlige for problemstillingen, og hvilke som ikke er det. Derfor er det centralt, at tage gode og fyldige feltnotater (Fangen, 2010, s. 103). Gode feltnotater indeholder så præcise og detaljerede beskrivelser som muligt, og vigtigheden af at skrive ned så hurtigt som muligt efter en observation, bidrager til en valid datamængde. Men at tro at

man kan observere 'alt', vil være en utopi. Det som er vigtigt, er selve refleksionen over den selektive udvælgelse man som forsker foretager (Wadel, 2014, s. 84).

Mine feltnotater er ikke konsekvent systematiseret ud fra dato, tidspunkt eller tema, men er et resultat af tankestrømme, som er opstået undervejs i dataindsamlingsprocessen. Tankestrøm, som teknik indenfor feltnotater, er en metode, der ikke binder forskeren til faste mønstre eller opskrifter. Tankestrømmen giver derfor frit løb til alle tanker og betragtninger, der popper op i forskerens hoved (Fangen, 2010, s. 111). I min rolle, som deltagende forsker og frivillig, oplevede jeg det som kunstigt at notere ned undervejs i en pågående aktivitet. Jeg valgte derfor at gøre mine notater, når jeg var alene i teltet eller en enkelt gang under frokosten ude på klatrefeltet.

Jeg ville ikke distancere mig til gruppen og deltagerne, da jeg var afhængig af en god relation og nærhed til deltagerne i kraft af min rolle som frivillig. Dette valg gjorde, at mine feltnotater ikke opnåede samme mængde af detaljer, som eventuelt ville have været tilfældet ved en nedtegnelse i situationen. Feltnotaterne er derfor resultatet af et kompromis, hvor detaljerede øjeblikks nedtegnelser måtte vige for nærheden til deltagerne. Flere af feltnotaterne er et resultat af mine refleksioner og umiddelbare tankestrømme om bilturenes betydning. Et udklip om bilturen ser således ud:

Samtaler i bilen
Umiddelbar oplevelse - direkte og ikke let at beskrive "lang" tid efter. Dagens indtryk og følelser bliver italesat og beskrevet for hinanden og mig. Min masteropgave bliver samtaleemne og deltagerne spørger ind. Vil vide hvad jeg vil frem til og hvilke tanker jeg gør mig. Kommer med indspil og refleksioner. Jeg sidder selv med en masse spørgsmål, så kan ikke give dem så mange svar.
Oplevelsen af mestring, adrenalin og søvn - gode samtaler under kørslen. Snakker meget i starten af køreturen på vej hjem, men efter en stund falder alle sammen i søvn og jeg kan sidde i mine egne tanker. Over en times kørsel hver vej.

Figur 6. Uddrag fra feltnotater. (*Håndskrevet original*)

Da Arctivity-ugen var ovre og jeg var kommet hjem, satte jeg mig ned og gjorde nogle "efterrefleksioner", som jeg noterede i min notesbog. Disse refleksioner er et udtryk for mine umiddelbare oplevelser knyttet til både det at være forsker på Arctivity, men i høj grad også

min dobbelte rolle, som både frivillig og forsker. Samtidig består mine feltnotater også af refleksioner skrevet ned efter hvert interview. Her var fokus på hvordan jeg oplevede interviewet og deltageren i situationen, hvilke nonverbale kommunikationsformer deltageren brugte, og om deltageren f.eks. fortsatte med at snakke, når diktafonen var slukket. Feltnotaterne er originalt nedskrevet for hånd og udgør 34 tætskrevne sider. Disse er renskrevet på computeren og de transskriberede feltnotater udgør tilsammen 7 sider.

Videobobservation

En video er en autentisk gengivelse af en virkelig situation. Videoen indfanger virkeligheden på en realistisk måde og det er nærliggende at se på videooptagelsen, som var det selve virkeligheden (Banks, 2007, s. 70-72; Rønholt, 2003, s. 124-126). Dette er dog langt fra tilfældet. Videooptagelsen indeholder bare fragmenter fra de implicerede menneskers levede liv og der må tages højde for hvilken kontekst videooptagelsen indgår i. Ikke bare på selve optagelsestidspunktet, hvor der kan optræde flere scenarier udenfor videovinklen, men også hvad der har gået forud for (og evt. hvad som kommer efter) hændelsen på videooptagelsen. I det følgende beskrives hvordan studiets videooptagelser er blevet skabt.

Under klatring på Arctivity blev der filmet en del videoer. Videoernes primære formål var som arbejdsredskab for at deltagerne kunne se sig selv, og som led i markedsføring af næste års Arctivity. Det var både instruktører og frivillige, heriblandt mig selv, som filmede deltagerne. Videoerne er filmet med henholdsvis et gopro-kamera og et spejlreflekskamera. Begge kameraerne giver et godt og tydeligt billede, men lyden varierer i kvalitet, alt eftersom hvor optagelsen er foregået. På nogle af videoerne, overdøver støjen fra trafikken på den nærliggende vej, hvad deltagerne siger. De fleste af videoerne er filmet midt i væggen, og kameramanden har derfor haft en nærhed til deltagerne, hvor deltagernes reaktioner og ansigtsudtryk er tydelige. Nærheden i optagelserne gør også, at der på flere af videoerne er et tydeligt samspil mellem kameramanden og deltageren.

Videoerne var i udgangspunktet ikke tænkt som dataindsamlingsmetode for mit forskningsstudie. Men efter transskriptionen af interviewene og renskrivningen af mine feltnotater, opdagede jeg at videoerne kunne bidrage til en mere helhedslig analyse og belysning af datamængden, som allerede eksisterede. Jeg kontaktede derfor Norsk Samfunnsvitenskapelig Datatjeneste (NSD) igen, for at indhente tilladelse til at anvende videoerne, som led i mit forskningsstudie. NSD gav mig besked om at indsende et ændringsskema, hvor jeg i detaljer skulle redegøre for mit valg af tilføjelse af

videoobservation som metode (se bilag 4). Alle deltagerne blev også informeret via e-mail, hvor de fik et informationsbrev (se bilag 2), og besked om at komme med tilbagemelding så hurtigt som muligt. Alle deltagerne gav hurtig tilbagemelding og alle tilbagemeldingerne var positive.

Der blev filmet 91 videoer og jeg havde derfor en stor datamængde at selektere. Jeg startede med at se alle videoerne igennem én gang. Her fik jeg et overblik over videoerne og deres indhold. Med udgangspunkt i dette overblik, opsatte jeg et par udvælgelseskriterier. Udvælgelseskriterierne havde fokus på følgende:

- Alle fem deltagere skal være repræsenteret i mindst én video
- Videoerne skal vise deltagerne i en klatrekontekst
- Der skal være god nok lyd til at høre hvad deltageren og de øvrige medvirkende siger
- Videoerne skal hjælpe til at belyse problemstillingen i forhold til mestring

Med udvælgelseskriterierne i baghovedet, så jeg alle videoerne igennem en gang til, samtidig som jeg nummererede dem jeg fandt af interesse. Nummereringen var baseret på udvælgelseskriterierne. De videoer hvor kvaliteten var for dårlig til, at deltagerens handling var synlig, eller hvor dele af videoen var filmet i lommen, blev hurtigt ekskluderet. Dette gjaldt også de videoer hvor lyden var for dårlig. Jeg fokuserede dermed på at videoerne skulle være af god kvalitet, og at deltagerens handlinger skulle være tydelige. Samtidig var et vigtigt inklusionskriterium, at deltageren enten skulle være i en begyndende eller aktiv klatrekontekst.

Jeg var ikke interesseret i de videoer, hvor samtale eller stilstand var det primære indhold. Flere af videoerne hænger også sammen og viser en kronologisk handling. Blandt andet udgør video 2-5 en handlingsrække, hvor Eva er på samme rappel, men på forskellige stadier. Desuden havde jeg under hele processen, studiets problemstillinger i baghovedet og jeg forsøgte at vælge de videoer, der kunne belyse disse på bedst mulig måde. Til slut endte jeg ud med 20 videoer.

De 20 videoer er et udtryk for min selektisme, og i udvælgelsesprocessen har jeg haft fokus på, at finde de videoer der var mest indholds- og handlingsrige. Netop handling er vigtigt i et fænomenologisk syn på deltagerens oplevelser (Creswell, 2013, s. 79-81). Dermed var det centralt, at finde frem til de videoer der kunne belyse dette aspekt. Jeg har dermed bevidst

udvalgt de videoer, der indeholdt forskellige elementer knyttet til mestring. Dette betyder også at videoerne indeholder sekvenser, hvor deltageren måske ikke oplever mestring, men derimod angst. Videoerne har også til hensigt at supplere og støtte resten af studiets datamateriale, så videoerne er udvalgt med fokus på at støtte eller afkræfte det som er centralt i interviewene og feltnotaterne.

De udvalgte videoer havde en samlet længde på 11 minutter og 16 sekunder. Den længste var på 1 minut og 42 sekunder og den korteste var på 11 sekunder. Nogle af deltagerne er bedre repræsenteret end andre, men alle fem deltagere er 'hovedperson' i mindst to videoer hver. De 20 videoer er alle blevet transskriberet om til tekst, for at klargøre materialet til analysen. Den transskriberede tekst er på 11 sider. For at få et overblik over den samlede mængde videodata, blev de 20 videoer sammenskrevet og hovedpunkterne blev skrevet ned. Sammenskrivningen havde det formål, at essensen af videoerne skulle komme tydeligere frem. Sammenskrivningen udgør lige under 1 side.

3.6 Dataanalyse

I dette afsnit præsenteres hvordan processen, med at analysere mine indsamlede data fra henholdsvis feltnotat, interview og videoobservation, har foregået. Analysen af datamaterialet er ikke en proces, der først igangsættes når alle transskriptionerne er færdigarbejdede. Analysen er en proces, der har fulgt studiet helt fra mit første møde med deltagerne. Jeg har derfor meget relevant kundskab om fænomenet, udover det datamaterialet giver mig (Nilssen, 2012, s. 68).

Den strukturerede analyse har som overordnet formål, at få tilgang til data og resultater igennem deltagernes beskrevne livsverden. Data fra de forskellige kontekster og metoder belyser deltagernes livsverden, men giver alle forskellige perspektiver til en forståelse af studiets problemstilling og undersøgelsesfelt. I dataindsamlingsprocessen har det derfor været vigtigt, at fokusere på så rige og fyldige beskrivelser af de specifikke fænomener, som muligt (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 45-46).

Analysen henter sin inspiration fra den fænomenologisk baserede Reflective Lifeworld Research tilgang, hvor især fænomenologiens filosofiske udgangspunkt danner grundstrukturen. Derudover er åben kodning et analytisk værktøj, der har været afgørende for, at systematisere datamaterialets kategorier. For at få en forståelse for, og indsigt i, hvordan jeg

har gået frem i analysen, vil det næste afsnit være en redegørelse for min forforståelse, og ikke mindst min rolle som forsker.

Forforståelse og min rolle som forsker

Når studiet definerer sig selv indenfor et fænomenologisk videnskabssyn, er refleksioner over egne erfaringer udgangspunktet for selve forskningen (Creswell, 2013, s. 78; Thagaard, 2009, s. 38). Min personlige forståelse af hvordan klatring og udeoplevelser giver mening og mestring for mig, er fundamentet og min vej ind i deltagernes beskrivelser af deres oplevelser. Igennem mine personlige erfaringer som klatreinstruktør inde, er forskningsfeltet ikke ukendt for mig. Disse erfaringer gør det svært, i min rolle som forsker, at være helt objektiv og tilsidesætte mine egne oplevelser og erfaringer helt. Jeg holder mig derfor ikke indenfor de strenge retningslinjer, som Husserl beskriver som centrale i epochén (Zahavi, 2003, s. 21-23).

Dahlberg et al. (2008, s. 129-134) erstatter i deres Reflective Lifeworld Research, Husserls epoché med '*bridling*'. Bridling beskrives som en holdning, der accepterer at forskerens evne til at sætte parentes om sin forforståelse, ikke er praktisk muligt, men snarere et filosofisk tankeeksperiment. Bridling har Norlyk og Martinsen (2008, s. 71) oversat til at '*tøjle*'. I stedet for at tilsidesætte vores forforståelse, henviser det til at vi må *tøjle* vores forståelse og forudindtagethed. Indenfor den kvalitative tradition er objektivitet heller ikke et formål i sig selv, snarere er en grundig refleksion over egen *subjektivitet* afgørende.

Tilstedeværelse fra forskerens side, varierer i grader i de forskellige feltarbejder (Fangen, 2010, s. 72). I dette studie er min rolle som forsker i stor grad deltagende. Den store grad af deltagelse, baserer sig på min dobbelte funktion som frivillig på klatring og forsker til dette studie. Refleksioner omkring dette, er elementære for at kunne retfærdiggøre mine fund og resultater (Gibbs, 2007, s. 8).

Som frivillig på Arctivity, indgik jeg som en naturlig del af ugens aktiviteter og daglige gang, og det var min opgave, at hjælpe de deltagere der måtte have brug for støtte, på den ene eller den anden måde. Dette galt både i campen og ude i aktiviteten. Støtten kunne f.eks. være i forbindelse med forflytning for mennesker i rullestol eller være et forlænget øje for svagsynede. De fem deltagere på klatring, havde ikke et stort behov for støtte og var derfor så godt som selvhjulpne i det daglige. Min opgave blev derfor mere rettet mod det klatretekniske og hjælp til at tilrettelægge selve klatringen, sammen med de andre frivillige og instruktørerne. Jeg vil derfor argumentere for, at jeg i kraft af min rolle som frivillig, aktivt

har været medvirkende til at skabe og ligge forudsætningerne til rette for at deltagerne skulle lykkes og få en god oplevelse med klatring. Og siden at studiets hovedfokus netop er at få tilgang til deltagerens oplevelse med klatring, gør dette mine refleksioner over min rolle, desto vigtigere. Som klatreinstruktør har jeg erfaring fra diverse nybegynderkursus, og jeg er derfor bevidst omkring hvilke faktorer, der skal være tilstede for at en nybegynder oplever glæde ved klatringen.

I interviewsituationen specielt, og observatørrollen generelt, udgør den sociale interaktion jeg har med deltagerne, en vigtig brik. Interaktionen påvirker både forskningskonteksten og selve datamaterialet (Nilssen, 2012, s. 68-69). Det gør, at jeg har flere forskellige relationer til deltagerne; jeg møder dem både i aktiviteten og når vi har fritid i campen, og jeg har ikke mindst kundskab om og kendskab til deres færdigheder i klatring. Men det er vigtigt at huske på, at denne relation går begge veje. Deltagerne har også kendskab til mine fokuspunkter indenfor klatring, og min måde at instruere på. Dette kan have været udslagsgivende for hvilke svar jeg har fået i interviewene, da deltagerne kan have haft en idé om en fælles forståelse, for det de beskriver. De kan dermed have udeladt indgående beskrivelser af en oplevelse eller følelse, da de ved at jeg har været vidne til oplevelsen og dermed allerede 'ved' hvad det er de beskriver. Derfor er netop metodetrianguleringen central og vigtig for at få en øjebliks- og præcis beskrivelse af det der kommer frem i interviewene.

Mine tidligere erfaringer og perspektiver har jeg bevidst forsøgt at tilsidesætte, da det ikke er mit syn på klatring studiet forsøger at få frem, men derimod deltagerens. Det ovenstående fungerer som en påmindelse, både til mig selv, og ikke mindst læseren, om min dobbelte rolle og hvordan den er vævet ind i forskningsresultaterne. Min rolle som forsker var på intet tidspunkt skjult, og alle deltagerne havde fået skriftlig information om min tilstedeværelse før Arctivity.

Reflective Lifeworld Research

For at kunne anvende og hente inspiration fra en fænomenologisk baseret livsverdenanalytisk metode, kræver det en indsigt og forståelse for det filosofiske udgangspunkt, hvorfra studiets metodologi udspringer. En indsigt i fænomenologiens filosofi, er central for overhovedet at kunne gennemføre analysen af studiets datamateriale. Det handler om en bevidsthed, omkring det enkelte individs erfaringsverden (Giorgi, 2010, s. 3). Reflective Lifeworld Research er en forskningstilgang, der er baseret på fænomenologiens filosofi. Hensigten er at få tilgang til menneskets mening og refleksion (Dahlberg et al., 2008, s. 95). Dahlberg et al. (2008, s. 25)

hævder, at tilnærmelsen ikke skal ses som en metode, med faste regler og rammer, men hellere som en åben tilgang, med et åbent design. Analysen af data, handler om en forståelse for fænomenet, og at finde mening, igennem at bruge livsverdenbeskrivelser (Dahlberg et al., 2008, s. 231).

Reflective Lifeworld Research forsøger at undgå en fastlagt teoriramme, i udforskningen af fænomenet. En fastlagt teoriramme kan hindre, at man møder fænomenet med nok åbenhed til at lade det fortælle sin egen historie (Norlyk & Martinsen, 2008, s. 70). Der opfordres også til en åbenhed overfor dataindsamlingsmetode, hvor fænomenet bør være det styrende element. Netop det at lade fænomenet være det styrende element, har ført til at studiets datamateriale består af flere forskellige dataindsamlingsmetoder. Da det første datamateriale ikke gav grundige nok beskrivelser af mestring og mening, som fænomenet i en klatringskontekst, blev videoobservation inddraget, for at give fænomenet flere nuancer og mere form. De indsamlede data skal give en så varieret og dybdegående beskrivelse af fænomenet klatring og funktionshæmning, som muligt (Norlyk & Martinsen, 2008, s. 70).

Analyseprocessen i Reflective Lifeworld Research, består i hovedsag af fire faser. De fire faser udgør en cirkulær proces, hvor forskeren bevæger sig mellem faserne igennem hele analysen (Norlyk & Martinsen, 2008, s. 72-73). Første fase er indledende, og drejer sig i alt hovedsag om at få et overblik over datamaterialet. Datamaterialet bør fremstå som en helhed, før man kan gå videre til anden fase. Anden fase fokuserer på meningsenheder. Transskriptionerne læses igennem og hver gang materialet ændrer mening, markeres det (Dahlberg et al., 2008, s. 244). I tredje fase stilles der krav til forskerens kreativitet og evne til at kunne reflektere. Meningsenhederne struktureres og samles i det som kaldes klynger af mening, eller meningsklynger. I afsluttende og fjerde fase, samles analysen i 'fænomenets essens'. Fænomenets essens kommer frem efter at alle meningsklyngerne er systematiseret og sat i relationen til hinanden (Norlyk & Martinsen, 2008, s. 73). Dette fører til et mønster, som viser hvordan deltagerne i studiet beskriver sine oplevelser med klatring, og det er studiets fænomen i fokus.

Det Reflective Lifeworld Research tilfører analyseprocessen, er en vægtlægning af åbenhed og sensitivitet mod livsverdenbeskrivelser, fænomenet og dets mening (Dahlberg et al., 2008, s. 231). Det giver mig en påmindelse om en dynamisk proces, hvor helheden og delene hele tiden indgår i et samspil. Faserne har fungeret som en opskrift og rettesnor. Kodningen og

kategoriseringen af datamaterialet, tager udgangspunkt i de fire faser indenfor Reflective Lifeworld Research.

Åben kodning

Åben kodning er en induktiv metode, der forsøger at udvikle nye koder og kategorier med udgangspunkt i datamaterialet (Nilssen, 2012, s. 78-79). Begrebet koder og kategorier bliver ofte brugt om hinanden. I min analyse er åben kodning valgt som indgangsporten til analysen og det er koderne der skaber kategorierne. Åben kodning fokuserer på vigtigheden af konstant, at stille spørgsmål til teksten og datamaterialet undervejs som man læser den (Gibbs, 2007, s. 50-55). Der er fokus på at læse teksten med et åbent sind og lade datamaterialet bestemme koderne. De forskellige koder fører til, at forskeren kan begynde at gruppere koderne ind i kategorier og meningsklynger. Kategorierne skal bære præg af at være mere analytiske og teoretiske, snarere end blot deskriptive (Gibbs, 2007, s. 43).

I lighed med Reflective Lifeworld Research, er åben kodning en cirkulær proces, hvor forskeren bevæger sig mellem koder, kategorier og datamaterialet. Datamaterialets transskriptioner er gennemlæst flere gange, således at jeg har kunnet danne mig et overblik og få et helhedsindtryk, jf. første fase i Reflective Lifeworld research. Formålet med åben kodning er, at få tilgang til det eller de fænomener, som datamaterialet er et resultat af.

Kategorisering af interviewene

Efter at have transskriberet interviewene, skrev jeg en kort opsummering til hvert interview og noterede hvilke fokuspunkter deltageren eventuelt snakkede om og beskrev. Dette bidrog til at opfange helheden i materialet og første fase var begyndt. Allerede her begyndte en form for overfladisk kodning (Creswell, 2013, s. 184-185). Dernæst blev hvert enkelt interview skrevet ud på papir for at få et bedre overblik. Det udskrevne interview blev gennemlæst med henblik på, at identificere meningsenhederne og specifikke koder. Hver gang teksten ændrede mening eller tema, noterede jeg det i margen på transskriptionen og forsøgte at sætte et ord eller to på beskrivelsen. Vigtige sætninger eller begreber blev markeret med en headliner (understregning).

Nr.	Interviewtransskriptionen	Mine refleksioner	Mulige kategorier
71. L:	Hva har de her dagene med klatring gitt deg som du kan ta med hjem? Hvis det har gitt deg noen ting?		
72. D:	Nei, det er jo <u>snakk om mestringsfølelse</u> , at du har prøvd noe nytt som du mestrer. Det er jo en <u>veldig god følelse, som spreder seg egentlig overalt</u> . Alt du holder på med. Og det er noe <u>positivt</u> . Og så ikke minst, det gir deg energi, selv om du er sliten og føler begrensninger så kommer det liksom bort, <u>for du har klart det, og da er fokuset på noe positivt</u> .	Forklarer hvad mestringsfølelse vil sige for ham. Tager mestringsfølelsen med hjem – det giver energi og spreder sig til andre arenaer.	Mestringsfølelse
73. L:	Ja...		
74. D:	Og ha en, det hjelper jo hele pakken, og <u>ha en positiv innstilling</u> . Men jeg føler på andre ting som jeg har gjort som <u>jeg har mestret som har vært akkurat på kanten av hva en klarer og når du klarer det, får du kjempe god følelse</u> .	Det er i grænseland den bedste følelse opstår. Hvad betyder det? Video der viser det samme?	Mestring Flow (Optimal oplevelse?)

Figur 7. Fra transskription til kodning, kategorisering og meningsenheder (anden fase).

Nogle koder er eksakte ord som deltageren bruger. F.eks. nævner Rasmus mestringsfølelse helt i starten af interviewet, når han skal beskrive hvorfor han valgte klatring. I dette tilfælde fik sætningen dermed koden *mestringsfølelse*. Andre dele har mere præg af analyserende koder, blandt andet er *socialt* en mere analyserende kode, da det ikke er noget deltagerne nævner eksplicit, men noget de refererer til, når de snakker om gruppen og hvordan de andre giver dem inspiration.

Alle meningsdelene og deres tilhørende koder, blev opsat i en tabel på computeren for hvert enkelt interview. Dette gav mig dog ikke noget samlet overblik over *hele* interviewmaterialet. Jeg samlede derfor alle koderne i én tabel og satte de tilhørende meningsenheder og citater ind sammen. Nedenfor, i figur 8, ses et forkortet eksempel på hvordan interviewenes koder er inddelt efter kategori. Kategorierne kan sidestilles med det som Dahlberg et al. (2008, s. 243) kalder for meningsklynger.

Kategori: Tryghed	
I forhold til bemanning, så er det jo en til en, i stedet for at det er 15 som skal klatre og så er det 2 som skal instruere, at det på en måde er litt tryggere og at det, at man på en måde får oppfølging og tips og råd underveis.	Guro s. 5
Den terskelen der altså. Først skal du stole på at utstyret fungerer med instruktør, også skal du begynne å stole på den her halvblinde, altså en som aldri har gjort det før, skal liksom holde. Men du ser jo det, det er greit det, jeg vil stole på meg selv.	Nanna s. 9
Jeg tenker på at det er godt planlagt og tilrettelagt og at det er nok folk som er med, både instruktører og frivillige og alt. At det er nok folk, så det ikke blir så mye venting og at ting går glatt. Mmh, det synes jeg er viktig.	Rasmus s. 5

Figur 8. Kategorisering af meningsenheder i interviewene (tredje fase).

Hvert citat er signert med navnet på den deltager citatet kommer fra, og sidetallet refererer til hvilken side i det givne interview citatet er hentet fra. På den måde kan jeg enkelt finde tilbake til den oprindelige del i det spesifikke interview, hvis jeg skulle få brug for det senere i processen.

Kategorisering af feltnotaterne

Efter at have kodet og kategoriseret interviewene, havde jeg en ganske klar formening om, hvad jeg ville finde og dermed også lede efter i analysen af mine feltnotater. Men for at kunne starte analysen fra bunden, var jeg nødt til at *tøjle* mine prædiktioner. Jeg besluttede derfor, at forsøge at sætte denne formening på vent, og kunne således møde kodningen af de transskriberede feltnotater med et så åbent sind som muligt (Gibbs, 2007, s. 50).

Jeg startede med at læse mine samlede feltnotater igennem, og tog således udgangspunkt i første fases helhedsperspektiv. Derefter gik jeg over til anden fase, hvor jeg inddelte teksten i meningsenheder. Meningsenhederne blev farvekodet og disse dannede tilslut flere forskellige meningsklynger. Flere af kategorierne gik dog igen fra interviewene og fik samme kode som i interviewdelene. Der opstod også nye kategorier, der genspejlede mine perspektiver og refleksioner over min egen rolle.

Kategori	Feltnotatransskription	Mine refleksioner
Min rolle	Jeg skaber oplevelserne for deltagerne lige så meget som deltagerne → ligger føringer. Hvad betyder det for validiteten og analysen? Side 4	I hvor stor grad har jeg påvirket mit datamateriale? Centralt tema i metoden!
	Jeg er en del af fællesskabet, spiser sammen. Ikke mange deltagere på Arctivity, meget synligt. Side 4	Ser deltagerne mig som frivillig eller forsker?
	God stemning, jeg personlig var ”høj” af god energi efter hver dag og hele ugen specielt. Masse positive indtryk og møde med nye mennesker. Utrolig god gruppedynamik, meget latter og joking. Side 7	Har humor noget at sige for den sociale identitet i gruppen?

Figur 9. Kategorisering af feltnotater (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 232-233).

Blandt andet opstod *min rolle* som en ny kode. I og med at feltnotaterne er et resultat af mine observationer og refleksioner, udgør perspektiver på min dobbelte rolle, en stor andel af feltnotaterne. Denne kategori af materiale er ikke blevet analyseret og sammenlignet med resten af datamaterialet, men fungerer som en paraply, der er overordnet for tilblivelsen af datamaterialet. Det er blevet analyseret som en selvstændig enhed. Kodningen og kategoriseringen af feltnotaterne, blev inddelt i en tabel, på samme måde som ovenfor i interviewkodningen. Den yderste kolonne er et udtryk for mine refleksioner. Refleksionerne er opstået i kodningen og er blevet systematiseret efter kategorierne. Disse er vigtige i diskussionen af resultaterne, da de er udtryk for mit præg på datamaterialet.

Kategorisering af videoerne

Til trods for at alle videoerne var transskriberede ind til tekst, valgte jeg alligevel at tage udgangspunkt i det visuelle originale materiale, da jeg skulle begynde analysen af videoerne. Dels fordi det gav mig et klarere øjebliksbillede, men i høj grad også i forhold til gyldigheden af kategoriseringen. Hvis jeg udelukkende havde begyndt, at kode tekstmaterialet fra videoerne, havde mange detaljer gået tabt og dermed også en del af meningen (Banks, 2007, s. 47-48).

Jeg så videoerne igennem én og én, og stoppede videoen hver gang deltageren gjorde en aktiv handling. Jeg noterede tiden og beskrev, så beskrivende som muligt, hvad personen gjorde. Derefter fortsatte jeg til næste tidspunkt, hvor deltageren gjorde en ny aktiv handling eller ændrede ansigtsudtryk. Dette mønster gentog sig, igennem hele videoen. Videoerne er i udgangspunktet så korte, at langt det meste af videomaterialet er taget med i analysen. Jeg har

altså ikke været nødt til at selektere eller sortere kortere eller længere perioder væk, og videoerne har således fået lov til at optræde i sin helhed.

Video 14					
Tidspunkt: Dag 3 om formiddagen					
Sted: Rappelling på storklippen					
Medvirkende: Guro og frivillig (kameramand)					
Varighed: 00:00:26					
Tid	Hvad gør personen?	→	Prøvende fortolkning	→	Kategorisering
00:00:10	Guro er på vej udover kanten og firer sig selv ned. Kigger op på festepunktet og justerer lidt i forhold til det. Smiler til sig selv imens hun gør aktiviteten.		Guro har kontrol og er selvstændig i aktiviteten. Hun nyder det.		Selvstændighed
00:00:20	Guro er kommet udover kanten og smiler til sig selv og vender hovedet og smiler til kameramanden der hænger nede i væggen.		Guro har kontrol på situationen og mestrer aktiviteten. Guro har endda overskud til at smile til kameramanden.		Mestring Glæde

Figur 10. Kodning og tematisering af video (Sollied & Kirkebæk, 2001, s. 81).

Efter udelukkende at have beskrevet handlingen, og set videoen i sin helhed, begyndte jeg på en prøvende fortolkning af de forskellige enheder (se figur 10). Den prøvende fortolkning giver ikke noget endegyldigt svar, da jeg blot kan observere deltagerens handling og derigennem have en formening om hvad handlingen betyder eller er udtryk for. Tilslut forsøgte jeg at knytte en kategori til hver sekvens eller enhed. Kategoriseringen har mange lighedstræk med både anden og tredje fase i Reflective Lifeworld Research, og illustrerer meget godt kompleksiteten forbundet med at arbejde systematisk ud fra en bestemt tilgang. I videoanalysen passede ikke alle de trin jeg arbejde ud fra med de fire faser, men som det ovenstående viser, fulgte analysen et lignende forløb.

Hver video har ofte flere forskellige kategorier, og hver række blev klippet ud og analyseret hver for sig. Samtidig fandt jeg efterhånden ud af, at jeg også var nødt til at bibeholde videoerne i deres helhed, da videoerne havde en kronologisk handling. Jeg begyndte derfor at se på hvordan kategorierne fulgte denne kronologi og om det optrådte et mønster. Jeg gik de 'hele' videoer igennem igen og markerede rækkefølgen i kategorierne nedover med forskellige tal og farver. Jeg afprøvede flere forskellige systemer og endte op med at nummerering var den bedst egnede metode.

Fænomenets essens

Så langt er analysen af dataene, blevet præsenteret enkeltvis. I det følgende vil jeg forsøge at sige noget om essensen af den samlede datamængde. Datamaterialets triangulering har ført til, at det har været en udfordrende proces, at systematisere og samle resultaterne fra de forskellige metoder under et tag. Derfor var det en stor hjælp at gå et par skridt tilbage i processen og begynde hvor det hele startede; med problemstillingen. Fænomenet, som forskes på, udledes af studiets problemstillinger: 'Hvordan oplever deltagerne på Arctivity, som har valgt aktiviteten klatring, at aktiviteten giver mening og mestring for dem?' Og 'På hvilken måde påvirker det deltagernes syn på egen funktionsnedsættelse?'.

Det første jeg gjorde, var at samle alle de udskrevne dokumenter dataanalysen indtil nu havde bestået af, på mit skrivebord. Her blev dokumenterne spredt ud for at få et overblik. Men jeg indså hurtigt, at jeg var nødt til at bryde tingene ned i mindre dele. Derfor klippede jeg alle udsagnene og dokumenterne i mindre dele og inddelte dem i kategorier. Alle udklip blev markeret med en kode, så jeg senere kunne identificere hvor de stammede fra. F.eks. refererer v6.2 til video 6, afsnit 2. Jeg havde først få kategorier, da jeg opdagede at meget af materialet blev 'tilovers' og blev liggende i en bunke for sig selv. Dette tvang mig til at tænke nyt i forhold til mine kategorier. Jeg valgte derfor at begynde forfra.

Jeg forsøgte mig nu med fire overordnede kategorier; mestring, socialt, tilrettelægning og klatring/udeoplevelse. Dette fungerede bedre, men der var stadig noget materiale som ikke delte samme kategori, dette galt særligt fra feltnotaterne, som omhandlede refleksioner i forhold til min rolle og deltagelse. Jeg lod derfor dette materiale få sin egen bunke og kategori. De fire kategorier som sagde mest om bredden og essensen af datamaterialet, og som gav deltagernes beskrivelser flest nuancer er følgende: *Begrænsninger og udfordringer, mestring, socialt fællesskab og udeoplevelser med klatring.*

Analysen har, i lighed med dataindsamlingen, foregået i en trianguleringsproces, hvor interviewene, feltnotaterne og videoerne alle er blevet gennemgået individuelt, men tilsammen udgør en helhed. Hver del er blevet analyseret og kontekstualiseret igennem helheden og vice versa. Jeg har kontinuerligt bevæget mig mellem de fire faser, i en dynamisk og cirkulær proces. Således vil altså ingen af delene kunne isoleres, uden at en del af meningen vil gå tabt.

3.7 Ethiske refleksioner

Ethiske vurderinger og refleksioner har fulgt studiet helt fra det blot var en tanke og idé i min bevidsthed. Det handler om mine valg, både de bevidste og de mere ubevidste, og hvordan de har påvirket studiet og dets datamateriale. Det handler også om, hvordan min relation til deltagerne har været styrende for hele processen, med denne masteropgave. Nedenfor vil disse vigtige punkter blive fremhævet, analyseret og diskuteret.

Studiets gyldighed og troværdighed i den menneskelige relation

I dette studie handler etiske vurderinger om hvordan den mellemmenneskelige relation begrundes ud fra et moralsk ståsted. Den moralske bevidsthed i menneskelige relationer, kan sammenlignes med det Skjervheim (1996, s. 71) kalder for '*deltakar*'. Indtager vi en deltagende rolle i relationen, forsøger vi at forstå den andens sprog, og dermed hendes meninger. Vi indtager en position, hvor vi engagerer os i den andens mening og tager denne alvorligt. I kraft af min forståelse for det felt som forskes på, vanskeliggør det en tilskuende position, hvor mangel på at finde fornuft fører til at vi objektiviserer den anden (Skjervheim, 1996, s. 74).

Det moralske og etiske perspektiv i studiets metodesæt, ligger først og fremmest i noget så simpelt, som at kalde studiets deltagere for netop *deltagere*. Det har ikke været et point at forklare eller fortolke deltagernes udsagn, ligesom det heller ikke er hensigten at tilsløre deres perspektiver på egne erfaringer og oplevelser. Den udprægede nærhed til mine deltagere, gør at forskningen er værdiladet. Nilssen (2012, s. 26) hævder, at kvalitativ forskning er værdiladet og påvirkes af forskerens synspunkter og meninger. I den forstand er jeg selv deltagende i samme grad som mine deltagere. Jeg er deltagende i deres refleksioner og beskrivelser, mens de er deltagende i forskningsstudiet.

Alle fem deltagere har modtaget både skriftlig og mundtlig information om studiet og har således skrevet under på et informeret samtykke (se bilag 1 og 2). Her er min hensigt med studiet tydelig beskrevet i et letlæst sprog, hvor deltagerne gøres opmærksom på at deres deltagelse er frivillig og at de til enhver tid kan trække sig fra studiet frem til opgaven leveres. Det informerede samtykke blev sendt til deltagerne allerede før Arctivity begyndte. Dette bundede i en tanke om at deltagerne på den måde, fik større mulighed for at foretage et reflekteret og bevidst valg, i forhold til om de ønskede at deltage eller ej.

Frivillig eller forsker, hvor går grænsen?

Uanset i hvor stor grad studiet hviler på en grundstruktur bestående af etiske og moralske værdier i det mellemmenneskelige samspil, hvor subjektivitet er en styrende position, vil der findes en asymmetri i mit forhold til deltagerne. Det er ikke til at komme uden om. Jeg ønsker en indsigt i deltageres tanker og forsøger, at opnå en forståelse for deres sprog og hvordan de udtrykker dette. Jeg har en intention, og den intention påvirker hvordan jeg veksler mellem at være frivillig med et personligt blik og forsker med et forskerblik. Der går ikke en tydelig grænse mellem disse to positioner, og det har til tider været svært at skelne mellem, hvad som var primært og hvad som var sekundært. Begge positionerne indgår i et vekselvirkende forhold, og har glidende overgange.

Deltagerne har altid været fuldt informeret om min dobbelte rolle, men i den daglige relation, var det min position som frivillig, som var mest fremtrædende. Så hvad enten jeg har villet det eller ej, har jeg igennem hele Arctivity gjort mig observationer, enten bevidst eller ubevidst. Der har hele tiden været en bevidsthed omkring at opholdet skal føre til en masteropgave.

I analysen af datamaterialet, har jeg forsøgt at være loyal overfor deltageres perspektiver. I en analyse af datamaterialet er det min opgave, at varetage deltageres beskrivelser og stemme, da de ikke er delagtige i processen, på samme plan som i f.eks. interviewsituationen (Thagaard, 2009, s. 224). Det kræver en vis tillid til min dømmekraft og integritet. Deltagerne har derfor foretaget et 'member check', hvor de citerer og videoer som er præciseret i studiet, er blevet sendt til hver enkelt deltager for gennemlæsning og godkendelse (Nilssen, 2012, s. 137). Ingen af deltagerne havde indsigelser til, hvordan de var blevet præsenteret og fremstillet i fundene.

Studiet er meldt til NSD af to omgange. Første meldeskema blev sendt i maj måned 2015 og var baseret på en metode, hvor semistrukturerede livsverdeninterview og feltnotater var styrende for dataindsamlingen. I november måned 2015 blev der ændringer i metoden, i form af videoobservation, som blev meldt til NSD. Personværnombudet har godkendt begge meldeskemaer (se bilag 3,4 og 5) og studiet er blevet gennemført efter NSDs retningslinjer.

Kapitel 4. Fund og resultater

I dette kapitel præsenteres studiets fund og resultater, som kom frem under analysen af datamaterialet. Præsentationen er struktureret således, at både direkte citater og sammenskrivninger, er anvendt. Datamaterialets triangulering gør, at nogle resultater kommer fra video, andre fra interview eller feltnotater. I de citater, hvor deltagerens navne er nævnt, enten under eller i teksten, kommer citatet fra interviewmaterialet. Interviewcitaterne er, så langt det har været muligt, blevet omskrevet til bokmål og renvasket for verbale talesproglige nuancer. Blandt andet er bindeord som 'liksom' taget væk, hvis deltagerne har nævnt det flere gange, og det ikke anses som meningsgivende. Samtidig er stednavne eller konkrete ting, som vil kunne lede tilbage til deltagerne, blevet fjernet eller forandret.

Videoerne bliver ofte præsenteret som en sammenskrivelse, men er enkelte steder sat ind for at vise noget helt konkret fra videoen. Her følger præsentationen skemaet fra figur 9, men den prøvende fortolkning og kategoriseringen er udeladt. Den prøvende fortolkning er derimod skrevet ind i teksten i tilknytning til den konkrete video. Feltnotaterne er præsenteret på samme måde som interviewcitaterne, og kan både optræde som en isoleret enhed, eller som en sammenskrivning.

I analysen, var der specielt fire kategorier der skilte sig ud fra mængden ved at gå igen, og det er disse der udgør det primære fokus i dette kapitel. De fire kategorier er *begrænsninger og udfordringer*, *mestring*, *socialt fællesskab* og *udeoplevelser med klatring*. Disse kategorier inddeler kapitlet i fire dele. De fleste kategorier, og underafsnit, er overlappende og flere steder, vil datamaterialet kunne opleves som tilhørende flere kategorier. Jeg har alligevel forsøgt at holde det adskilt, først og fremmest af hensyn til at holde kapitlet ryddeligt og oversigtligt.

4.1 Begrænsninger og udfordringer

Deltagerne fortæller i dette afsnit om deres udfordringer og begrænsninger i forhold til deres funktionsnedsættelse. Dette gælder både udfordringer i forhold til klatring og udfordringer ellers i hverdagen.

Funktionsnedsættelse som en naturlig del af identiteten

Noget af det første jeg observerede og skrev ned i mine feltnotater, var hvordan deltagerne uopfordret nævner deres funktionsnedsættelse, da de skal præsentere sig selv for gruppen, på det første møde. Den anden linje i mine feltnotater begynder således: ”Alle nævner deres funktionsnedsættelse uanset om den er synlig eller ej. Hvorfor?” Dette fik mig til at reflektere over selvfølgeligheden af, at leve med en funktionsnedsættelse for deltagerne. De inddrager den i beskrivelsen af sig selv. Det kan næsten virke som om funktionsnedsættelsen og dens udfordringer og/eller begrænsninger er blevet en så naturlig del af hverdagen og deltagernes måde at håndtere denne på, at de kan have svært ved at beskrive disse udfordringer.

Under interviewene blev alle deltagerne spurgt om deres udfordringer i forhold til klatring. Ivar bruger lang tid på at svare på hvilke udfordringer, der er forbundet med klatring for ham, og det virker som om han må tænke grundigt over det. Til sidst siger han blandt andet:

”Det har noen begrensninger. Men det er ikke sånn at jeg tenker på det... Jeg pleier jo å, jeg driver veldig mye med styrketrening og da er du på en måte vant til å greie deg selv.”

Ivar

Det kommer ikke som en selvfølgelighed for Ivar, at skulle reflektere over sine egne begrænsninger. Jeg får det indtryk, at han ikke er vant til at få den type spørgsmål i det daglige. Ivar fortæller dog, at han har begrænsninger i forhold til klatring, men at han igennem styrketræning er vant til at finde sine egne løsninger. Blandt andet snakker Ivar om, at balancen kan være en udfordring, men det tager lang tid for ham at komme frem til det.

Nanna har også svært ved at nævne nogle konkrete begrænsninger i forhold til hendes funktionsnedsættelse. Hun mener hendes handicap er så lille, at det ikke har det store at sige for hendes nuværende niveau indenfor klatring. Men hun trækker samtidig frem, at det kan være udfordringerne bliver mere synlige og træder bedre frem, hvis hun fortsætter med klatring, og niveauet giver mere udfordring og stiller større krav til funktionsniveau.

I mine feltnotater har jeg noteret, at Nanna ikke mener, at hendes protese er et problem for klatringen, men i starten havde hun vanskeligheder med at placere foden og flere gange gled hendes ene fod af klippen. Nanna går også bevidst i shorts og viser dermed for alle at hun har

en protese. Hun virker afslappet med situationen og sig selv. Da vi snakker om det i interviewet, griner hun og siger, at hun får flest sjove kommentarer fra børn.

I video 15, 16 og 17 er Nanna på den store rappel og har svært ved at overvinde sig selv og gå ud over kanten. Her virker det ikke som hendes udfordring relaterer sig til hendes funktionsnedsættelse, men at den er et resultat af hendes frygt for at falde ned fra toppen. Nanna kalder selv dette for hendes 'faldskræk'.

”Jeg ser ikke noen udfordring”

Særligt i videoerne blev det meget tydeligt, hvilke former for udfordringer deltagerne havde, for at komme sig til toppen af en klatrerute. Så selv om Nanna og Ivar umiddelbart har svært ved at sætte ord på sine begrænsninger i interviewene, ligger der en udfordring i bunden. Rasmus mener ikke, i lighed med Nanna, at hans funktionsnedsættelse udgør en større udfordring end de andre deltagers udfordringer. Rasmus' udfordringer knytter sig til hans synshandicap, og det gav ham en udfordring, når det galt at se små lister til at sætte fødderne på. I video 12, kommer dette til udtryk på en sva-rute, hvor fodarbejdet er afgørende for at komme til tops. 'Sva' er en betegnelse for en type klippeformation, hvor der findes minimalt med greb for klatreren at holde i og stå på.

Video 12	
Tidspunkt:	Dag 2 om eftermiddagen
Sted:	Klatring på svaklippen
Medvirkende:	Rasmus, instruktør 2 og frivillig
Varighed:	00:00:34
Tid	Hvad gør personen?
00:00:07	Rasmus klatrer på sva og arbejder med at placere fødderne, så de står godt. Han kigger op og leder efter et sted at holde. Kigger ned og prøver at placere fødderne.
00:00:20	Rasmus finder et godt sted til den ene fod og rejser sig op på den. Den glider lidt tilbage.
00:00:32	Rasmus glider lidt på den ene fod, sætter foden et andet sted i væggen hvor den bliver stående. Rasmus rejser sig og bevæger sig videre.

I den prøvende fortolkning har jeg skrevet, at det kan virke som om Rasmus ikke kan se de små lister, han kan sætte fødderne på. Men i stedet for at blive frustreret, prøver han at rejse sig og giver ikke op, selvom fødderne glider flere gange. Kategorierne knyttet til videoen, handler om mestring og viljestyrke. I interviewet spørger jeg Rasmus om hans udfordringer i forhold til klatring og hans synshandicap. Rasmus bruger lang tid på at svare på det

spørsmål, men svarer til sidst: ”Jeg ser ikke noen utfordring på det.” Etter endnu en betækningspause fortsætter han:

”Men det er jo en utfordring i bunn. Men jeg synes det gikk veldig bra og det går helt fint. Så det er jo, du må jo bruke både føtter og hender med å føle først og fremst, i stedet for å se etter et tak, du må jo kjenne. Det gjelder vel de andre også, men dem kan jo se litt mer ut på sida og der; her kjenner jeg handa over for å få tak. Og da bruker du ikke synet på å se, når du ikke ser. Da tar du å føler.”

Rasmus

Rasmus er klar over hvor hans begrensninger ligger, men fremhæver samtidig, at han bruker følesansen i mere udpræget grad, end de andre deltagere måske er vant til. Vi ser at både Ivar og Rasmus starter med at svare lidt tøvende på hvilke utfordringer de har i forhold til klatring. Men etter lidt betækningsstid, kommer de begge med perspektiver på hvor deres utfordringer ligger. Næsten i samme sætning, kommer de også med en form for løsningsforslag til hvordan de kan kompensere for deres begrensninger.

Eva har lignende svar, da hun skal svare på hvad der begrenser hende mest. Hun er bevidst omkring hendes begrensninger og bruker ikke lang tid på at tenke over hendes svar. Men i lighed med Rasmus og Ivar, mener Eva at hvis bare hun bestemmer sig, så skal det hun setter sig for nok lykkes.

”Det er vel kanskje den ene armen og så styrken, øhm... Fordi jeg har jo det med den ene armen min og så er det jo egentlig mest det. Men på en måte så jeg tenker at med [nævner sin diagnose] min, så tenker jeg, at bare jeg bestemmer meg så får jeg det til. Sådan at hvis jeg virkelig vil noe, så får jeg det nesten til uansett, jeg må bare finne litt andre måter å gjøre ting på da.”

Eva

Utfordringer på en trygg arena

Ivar snakker om at han først vil blive god til klatring på Arctivity og så melde sig på et kurs hjemme i sin hjemby. Han har allerede aftalt med en ven hjemme, at de skal tage sikringsprøven, når han kommer hjem.

”Altså, jeg har jo blitt litt mer gira da, så jeg er keen på å teste det ut når jeg kommer hjem og kanskje oppsøke miljøene, nå har jeg fått litt mer sånn der, jeg tør på en måte

å oppsøke de. For nå hadde jeg ikke helt den før, at du er litt sånn nybegynner og sånn, men nå har jeg faktisk prøvd det ut og vært aktiv i flere dager.”

Ivar

Det kan virke som om Ivar er bange for at fremstå, som en der er mere nybegynner end de andre. Ved at delta på Arctivity har han opparbeidet seg nok ferdigheter til, at turde tilmelde seg et 'almindeligt' klatrekursus når han kommer hjem. På Arctivity har han fått en forståelse for klatringens kulturelle koder, og han kan derfor gå ind i et klatremiljø hjemme, uden at stresse med at lære sig disse koder, samtidig som han skal fokusere på at finde løsninger på sine balanceudfordringer. Desuden har han snakket med en ven hjemme om dette, og det kan være med til at holde ham op på det.

Frivillig for de frivillige

På klatring var der to instruktører og to til tre frivillige, alt afhængig af hvor vi skulle hen og hvem der havde mulighed for at være med. Det vil sige, at der næsten var én til én bemanning. Hovedinstruktøren var lidt bekymret for den tætte bemanning og om det ville gå udover deltagerens oplevelse. I mine feltnotater har jeg skrevet følgende:

”Hovedinstruktøren er bange for at vi er for mange frivillige, at det skal virke hæmmende på deltagerens oplevelse – han giver os frie tøjler til selv at klatre og være aktiv i væggen. Han mener vi bør indgå som en del af gruppen.”

Feltnotat

Guro vægtlægger netop det faktum, at der har været mange instruktører og frivillige. Hun mener det har bidraget til, at hendes personlige udbytte er blevet større.

”I forhold til bemanning, så er det jo én til én, i stedet for at det er 15 som skal klatre og så er det 2 som skal instruere, at det på en måde er lidt tryggere og at det, at man på en måde får opfølgning og tips og råd underveis.”

Guro

Ifølge Guro, havde hovedinstruktøren altså en unødige bekymring, i forhold til antal frivillige og gruppens funktionsniveau. Rasmus mener også at det er vigtigt med nok folk, således at der ikke bliver så meget venten og at ting går smidig. Guro og Rasmus så på det som en fordel og et privilegium, at de til enhver tid kunne få råd og tips om alt fra udstyr og sikkerhed til teknik og opmuntring. De fremhævede, at gode råd og tæt opfølgning er med til at give

tryghed, og det kan være en vigtig medspiller i arbejdet med at tilrettelægge for mestring og succes hos deltagerne. Den gode tilrettelægning og planlægning er dermed centralt for Rasmus.

En klatreoplevelse

Hovedinstruktørens mål for deltagerne var, at de skulle blive så selvstændige som muligt i klatrekonteksten. Dette medførte at deltagerne også fik indføring i sikringsteknik og –arbejde. Ivar havde på forhånd reflekteret lidt omkring sine forudsætninger for at kunne sikre nogen.

”Jeg har jo litt sånn problemer med balansen og sånn, så jeg tenkte det skulle bli utfordrende å sikre noen. Men man måtte på en måte bare få et godt grep og at det var viktig å gjøre det i sitt eget tempo da.”

Ivar

Ivar beskriver her vigtigheden af at tilpasse udfordringen til sit eget niveau, og så længe han kan sikre i sit tempo, er sikring af de andre deltagere ikke noget problem. For Rasmus var det at lære at sikre nogen, et nyt element som han glædede sig over. Han havde ikke forventet, at de som deltagere selv skulle få lov til at sikre nogen. Rasmus har en gang tidligere prøvet indeklatring, men her blev de bundet ind af klatreinstruktøren og de fik ikke lov til at gøre nogen ting selvstændigt, bortset fra at klatre.

”[Det var] *kun* klatring og vi knyta ikke knute eller noen ting, dem ordna alt, vi bare sto der. Så det synes jeg var en kjempeflott del på det her, at vi får lov til det og blir lært opp til det, og sikret og ordnet. Det blir straks mer interessant for meg.”

Rasmus

Rasmus beskriver det som meget mere interessant, at få lov til at tage del i hele processen, som går forud, før man kan begynde at klatre. I video 10, er Rasmus og Nanna et klatrepar og de laver et kammerattjek på hinanden, for at være sikker på at den anden har taget udstyret rigtigt på. Der står en frivillig og ser til at alt tjekkes, men hun griber ikke ind i processen med kammerattjekken. Nanna og Rasmus har selvstændigt gjort sig klar til at klatre på en forsvarlig måde.

For både Nanna og Rasmus var det et vigtigt element med selvstændighed i klatreaktiviteten. Igennem ugen, blev de to et mere eller mindre fast klatrepar og de fremhæver begge, at de fik indøvet nogle gode rutiner. Nanna føler sig tryk nok til at sikre og binde sig ind i tovet. Hun

føler sig så tryk, at hun mener Rasmus og hende lige så gerne kunne have været på klatretur alene og at det ville havde fungeret helt fint og virket trygt.

4.2 Mestring

Der findes mange forskellige veje til mestring, og hver enkeltes oplevelse er individuel. Mestring i dette afsnit, forsøger at indfange deltagerens mestningsoplevelser og hvordan deres vej derhen er blevet til.

”WOW, dette er jo galskap”

Evas første oplevelse med rappelling på svaklippen, kan ses som en intens oplevelse. Evas mange udbrud, kan være tegn på hendes usikkerhed og man kan se hvordan hun arbejder med sig selv igennem hele video 1.

Video 1	
Tidspunkt:	Dag 2 om eftermiddagen
Sted:	Rappelling på svaklippen
Medvirkende:	Eva og instruktør 1
Varighed:	00:01:19
Tid	Hvad gør personen?
00:00:09	Eva skal bevæge sig fra siddende på klippekanten til at gå udover klippekanten. Bander og siger: ”Åh, fy...herregud det her er jo helt...” Kigger op på instruktøren.
00:00:25	Eva holder godt fast i ankeret og kommer med små udbrud undervejs, specielt når hun ser ned til jorden: ”ARG! Herregud, fyy faen.”
00:00:39	Eva finder et sted at stå på klippen og slapper mere af i kroppen. Slipper grebet om ankeret og flytter hænderne over på klippen. Justerer fødderne, så de står bedre.
00:01:06	Efter at have kigget et par gange på udstyret, tager Eva fat om bremsen og begynder at made rebet igennem. Eva gør bevægelserne stille og roligt, men kommer samtidig med udbruddet: ”WOW, dette er jo galskap!”

I den prøvende fortolkning af videoen, følger Eva en udvikling fra at være utryk, fokuseret og spændt i hele kroppen, til at slappe mere af, men fortsat være fokuseret. Kategoriseringen viser et mønster, hvor Eva skifter mellem at går fra lettere panik og uro, til at have kontrol og mestre situationen. Udsagnet ”Dette er jo galskap”, er Evas opsummering af hvordan hun oplevede at komme udover kanten, da hun endelig følte hun fik lidt kontrol over situationen og sig selv. I interviewet med Eva fortæller hun, at hun synes det er sjovt at udfordre sig selv.

”Det er veldig gøy å så utfordre seg selv og på en måte komme litt ut av den komfortsonen. Og så er det jo noe med det der å så klatre og så nå nye høyder da. Og så gjøre noe som er helt annet enn det jeg holder på med til vanlig.”

Eva

Eva nevner komfortzonen som en tilstand hun kommer ut af, ved at utfordre sig selv. Hun beskriver det som en positiv ting. Vi kan derfor forstå hendes utsagn om galskap, som et uttrykk for en god opplevelse, hvor hun har overvundet sig selv og komfortzonen. Det kan næsten oppleves som en skrek blandet med fryd opplevelse for Eva.

Opplevelserne har også vært så intense i karakter, at Rasmus opplever at han kan ta den positive energi med hjem. Han beskriver hvordan hverdagen blir enklere:

”Og det er jo den mestringsfølelsen, at du har satt deg et mål og at du fullfører det. Da blir det, hva skal en si, alt det vanlige blir mye enklere i hverdagen og, for du har en sådan gøts, eller god energi på ting du har klart.”

Rasmus

Opplevelserne forsvinner ikke ut i luften, men bibeholdes i deltagerens bevidsthed og det blir en opplevelse, de kan trekke frem i andre situasjoner, som ellers ikke har tilknytning til klatring. Opplevelsen har dermed en overførbarhet. En av opplevelserne som Rasmus muligvis refererer til, er fanget i video 6. Her når Rasmus toppen af en svarute efter at have haft problemer med at placere fødderne i starten, som blev eksemplificeret i tidligere i video 12. Da han når toppen smiler han og siger: ”Arh”. Rasmus har mestret det krevende arbejde med at placere fødderne, som er nødvendig for at komme op på svaruten. Her er Rasmus nemlig afhængig af godt fodarbejde, da der som regel ikke findes gode greb til hænderne.

”Det er det her som er så jævlig”

I videomaterialet er der flere eksempler på, hvordan deltagerne oplever at overvinde frygten og turde hoppe ud i det. Eva rappellerer i video 2 og arbejder med sig selv. Kategorierne i videoen afspejler hvordan udfordringerne gradvist bliver til tryghed og til slut en form for lettelse og eventuelt en opplevelse af mestring.

Video 2	
Tidspunkt:	Dag 2 om eftermiddagen
Sted:	Rappelling på svaklippen
Medvirkende:	Eva og Instruktør 1
Varighed:	00:00:16
Tid	Hvad gør personen?
00:00:05	Eva sidder på kanten af klippen og gør sig klar til at vende sig om til rappel. Smiler og siger samtidig: "Det er det her som er så jævnlig, vet du".
00:00:12	Eva snakker til sig selv om hvor hun skal sætte fødderne og begynder at vende sig om.
00:00:15	Eva trækker vejret dybt og tager så fat i ankeret og vender ryggen ud over kanten.

Eva tager det stille og roligt, og motiverer og minder sig selv om hvad det er hun skal gøre. I den prøvende fortolkning har jeg skrevet, at hun er helt i ét med aktiviteten og er fokuseret på hvad det er hun skal gøre. Det er først når Eva er ude over kanten, at hun begynder at sænke skuldrene og slappe lidt af.

I video 8, er Ivar også på rappel. Han er så meget inde i aktiviteten, at han ikke svarer når kameramanden stiller ham spørgsmål. Han smiler dog mod kameramanden og registrer dermed at han har hørt, at hun snakker til ham. Det kan virke som om, han bruger hele sin mentale energi på, at gøre ting rigtig på rappellen og ikke har overskud til at snakke. Guro har en lignende oplevelse i video 13. Hun firer sig selv ned i en rytmisk bevægelse, og går ind i et samspil med rappelling og forflytning af fødderne. Hun smiler til kameramanden, men siger ingenting. Hun er fokuseret, men har overskud til at kigge op. I interviewet beskriver Guro klatring som vældig udfordrende, men hun siger i samme sætning, at det er meget spændende, at starte i det små og blive gradvist mere og mere udfordret.

Mæt, træt og tilfreds

I bilen på vej hjem fra klatrefeltet, kom der mange refleksioner fra deltagerne i forhold til deres oplevelser i løbet af dagen. Jeg observerede blandt andet, at de fire deltagere som kørte med mig, lagde vægt de udfordringer de havde haft på de vanskeligste ruter. Det blev diskuteret hvordan hver enkelt havde oplevet det, men gennemgående var der en stor optimisme på deres egne evner og kunnen. Der blev grint og fjollet, og stemningen var let. En anden ting jeg observerede på bilturen, var hvordan starten af bilturen var fyldt med fortællinger om mestring og hvordan deltagerne havde oplevet dagen. De virkede fyldte med adrenalin, men efter et stykke tid, falder alle fire i søvn, og jeg kan sidde i mine egne tanker resten af køreturen.

Da jeg interviewede Guro, var det ved at være slutningen af dagen og hun havde sagt at hun var færdig for i dag. Jeg spurgte ind til dette og hun forklarede, at hun var mættet og at hovedet var fyldt op.

”Men havde jeg prøvd den en gang til, på den blå (vanskelig rute), så har jeg jo på en måde mistet litt motivasjonen, men jeg kunne, ja, ha tatt den for det. På en måte tenkte jeg at det, jeg kan i hvert fall prøve på starten, så det, jeg har ikke helt mistet motivasjonen helt [...] Jeg har på en måte, dappa litt av. Ja, i hvert fall for i dag. Hadde der vært i morgen, så hadde jeg kanskje tatt den.”

Guro

Guro fortæller, at hun egentlig havde lyst til, at prøve et forsøg til på en lidt sværere rute, men mente at hun ville gemme den til i morgen. Hun mener, at hvis hun i stedet venter til næste dag, ville hun komme med fornyet energi og få en bedre oplevelse.

”Jeg vil stole på meg selv”

Klatring kan opleves som en aktivitet med mange elementer, som kan være risikoudløsende. I video 15-19 har Nanna store udfordringer med, at overvinde sin egen frygt og tage skridtet udover kanten på rappelling på storklippen. Et eksempel ses i video 17, hvor Nanna endelig begynder at fire sig selv meget langsomt ned.

Video 17	
Tidspunkt:	Dag 3 om formiddagen
Sted:	Rappelling på storklippen
Medvirkende:	Nanna
Varighed:	00:00:24
Tid	Hvad gør personen?
00:00:05	Nanna står på kanten og kigger først ned til højre og så ned til venstre. Laver en grimasse med ansigtet og kigger op.
00:00:19	Står et par sekunder og begynder så at fire sig selv forsigtigt ned. Koncentrerer sig.

Nannas subjektivt oplevede risiko, fylder så meget i hendes bevidsthed, at hun har svært ved at takle den. Hun griner af sig selv, og er klar over at det er trygt, men kroppen og hovedet vil ikke helt lystre. Den prøvende fortolkning beskriver et handlingsforløb, hvor det virker som om Nanna kæmper en indre kamp med sig selv og sin frygt. Kategoriseringen inddeler

videoen i udfordringer og overvindelse af sin egen frygt. I interviewet kommer Nanna også ind på samme tema:

”Det en sådan passe terskel for å få det til da, du må bare tørre og så ordner det sig.”

Nanna

For Nanna handler det altså om at turde, og hvis hun bare tør, så kommer resten sig af sig selv. Videre snakker Nanna igen om en usynlig tærskel, som må forceres:

”Den terskelen der altså. Først skal du stole på at utstyret fungerer med instruktør, også skal du begynde å stole på den her halvblinde, altså en som aldri har gjort det før, som skal holde (sikre) deg. Men du ser jo det, det er greit. Jeg vil stole på meg selv.”

Nanna

For Nanna er der mange nye elementer, hun skal finde tryghed i, før hun tør hengive sig helt og holdent til klatreaktiviteten. Samtidig er det vigtigt for hende, at kunne stole på sig selv i aktiviteten og vide at hendes klatrepartner også gør tingene på en forsvarlig måde. I Nannas citat, ser vi også et snert af den interne humor, der herskede i gruppen. Nanna kalder hendes klatrepartner for halvblind, uden at tænke over det som eventuelt stødende. Det bliver en naturlig jargon, som er medvirkende til at skabe gruppeidentiteten og giver de enkelte medlemmer et ejerskab.

”Nei, jeg skal opp!”

Deltagelse på Arctivity, og specielt deltagelse på klatring, beskriver Guro, Nanna, Rasmus og Eva som et kærkomment afbræk fra hverdagen. Eva beskriver mestringsfølelsen, som en god følelse, hvor hun kan bryde lidt grænser i forhold til hverdagen. Nanna trækker frem, at det bliver som en slags hjernepåfyld, hvor man bliver lidt stærkere mentalt.

Guro ser, i lighed med Ivar, på muligheden for at tage klatringen med hjem og eventuelt begynde at klatre hjemme. Men først og fremmest er det den positive gruppedynamik, som fylder hende med energi og som bliver taget med i bagagen.

Samspillet mellem klatreren og sikreren, er vigtigt for at få en god oplevelse. I video 20 klatrer Ivar og Rasmus sikrer ham. Ivar bliver ved med at falde på et bestemt sted, hvor han ikke klarer at placere fødderne på en god nok måde til at komme videre. Ivar griner af sig selv, imens han prøver igen. Da Ivar holder en pause, spørger Rasmus om han skal ned. Ivar

afviser det blankt, og siger: ”Nei, jeg skal opp!”. Efter flere forsøg og flere hæng i rebet, siger Rasmus: ”Kom igjen!”. Ivar kommer til sidst op og strækker armene i vejret. Ved hjælp af egen vilje og støttende opmuntring fra Rasmus, lykkedes det at nå toppen.

Det er ikke godt at vide, hvad der gjorde udslaget for at Ivar kom op, om det var egen motivation eller om det hjalp med støtte fra Rasmus. Men at støtte hinanden i udfordringerne, bidrager til et godt kammeratskab. Det gode kammeratskab, bliver taget op i næste afsnit om socialt fællesskab.

4.3 Socialt fællesskab

Klatring er en individuel aktivitet, med et vigtigt kammeratskab. Kammeratskabet og gruppen er en stor del af det at deltage på Arctivity. Deltagerne tillægger det sociale stor betydning for, at få en god oplevelse med klatring, og forklarer i de følgende afsnit, hvorfor.

En tryk arena, hvor vi kan gøre noget sammen

Under mine observationer, var det specielt beskrivelser knyttet til gruppen, som fyldte meget.

”Ikke bare klatring, så meget mere end det. Socialt fællesskab. Utrolig god gruppedynamik, meget latter og joking. Gengivelser af oplevelser fra dagen hver aften. Latter over billeder og videoer. (Jeg har) ...helt sikkert lyst til at komme tilbage næste år.”

Feltnotat

Det gode fællesskab er vigtig for Guro. Hun bruger gruppens andre deltagere som inspirationskilde og beskriver det som inspirerende, at se hvad andre med funktionsnedsættelser kan klare, og tænker at hun også selv kan gøre det. Specielt fremhæver Guro de deltagere, som hun mener, har en større funktionsnedsættelse end sig selv, som en vigtig inspirationskilde til at teste sine egne grænser. Dermed påvirker de forskellige deltagere i gruppen hinanden på forskellige måder, og Guro og Rasmus beskriver denne påvirkning som positiv.

Eva trækker også frem fællesskabet, som afgørende for en god oplevelse. En af grundene til at Eva tilmeldte sig Arctivity, hang sammen med muligheden for at gøre noget aktivt sammen med andre mennesker med en funktionsnedsættelse.

”Jeg synes det er veldig fint å være i en gruppe, man får litt, altså, jeg synes det er veldig fint å møte andre, andre som har en funksjonsnedsettelse. Bare å gjøre noe sammen og være i aktivitet sammen. Nei, jeg synes egentlig det er veldig positivt. Man får truffet andre i en trygg arena, samtidig som man gjør noe sammen. Og da blir det litt mere sådan naturlig, enn hvis man bare skulle treffe hverandre for å treffe hverandre.”

Eva

For både Eva og Guro har det været viktig, at der også er andre med en fysisk funksjonsnedsettelse på Arctivity. Det gir dem en trygghet i relasjonene og i at aktiviteten vil bli tilrettelagt med utgangspunkt i deres forudsætninger og behov.

”Det er jo en stor del av opplevelsen”

Selvom det var klatring der var i fokus for studiets deltagere, er det en annen meget viktig faktor, som deltagerne vektlegger høyt. Det handler om det sociale, og det handler om å gå inn i et fellesskap. Nanna påpeker at det er nettopp det hun jakter, de gode folk og det sociale om aftenen. Hun mener i tillegg at der i gjennomsnitt finnes bedre folk på et arrangement som Arctivity, enn hun ville ha mødt andre steder.

Ivar er enig med Nanna, når det handler om gruppens betydning for helhedsopplevelsen.

”Ja, det har jo sykt mye å si da; gruppen. Det er jo en stor del av opplevelsen. Eh, og alle er kjempe gira på å klatre, så det er jo, det gjør jo mye da, for gruppedynamikken [...] Selvom alle har hver sin utfordring, så er vi ganske like i forhold til hvor mye klatring vi har gjort før. Så det er bra uansett.”

Ivar

Både klatregruppen og de andre deltagere på andre aktiviteter, er viktige for en god opplevelse. Ivar sier at for ham er det klatring og det å ha det sjovt, der er i fokus. Det er gruppen der bidrar til, at klatringen blir en god opplevelse og omvendt.

Vi så tidligere, at Guro brukte de andre i gruppen som inspirasjon. Det samme gjør Rasmus. Han bruker de andre i gruppen, som inspirasjonskilde til å utfordre seg selv litt mere. Han er også imponert over det de andre deltagere klarer og hva de rent faktisk mestrer. Han mener det er positivt og at han bruker dem som spejling av seg selv og sine ferdigheter. Nanna sier

også at en god gruppe pusher og motiverer hinanden, samtidig som man glædes på andres vegne. Sådant en gruppedynamik mener Nanna der bliver god stemning af.

”Nå blir det dårlige bilder, ass!”

Der fortælles jokes ved middagsbordet og i mine feltnotater har jeg skrevet og stillet spørgsmålstejn til, hvordan det påvirker gruppen. Humoren baserer sig på samme grundlag som Nanna tidligere brugte, da hun kaldte Rasmus for den halvblinde. Humoren kan være medvirkende til at skabe et bånd indad i gruppen og opbygge et fællesskab.

I video 4, opstår et scenarie, hvor Ivar driller Eva, som rappellerer. Eva begynder pludselig at tjekke, at hun har taget udstyret rigtigt på, selvom hun er langt nede på væggen. Ivar står uden for kameraet og siger: ”NÅ skal du begynde å sjekke udstyret?!”. Eva griner lidt af sig selv og der er en slags indforstået humor i deres samspil. Både Ivar og Eva griner af Evas desperate forsøg på at tjekke udstyret alt for sent. Den lille episode, vidner også om en bevidsthed fra Ivars side om hvad der er klatrermæssigt forsvarligt og hvad der ikke er. Både Eva og Ivar er begge klar over at udstyret bør tjekkes, *før* man firer sig ud over kanten. Igen er dette et udtryk for deltagerens øgede selvstændighed i klatring.

I flere af videoerne, kan man se at det foregår et samspil mellem deltagerne på videoerne, men også mellem kameramanden og deltagerne. F.eks. siger Nanna i video 16, at ”nå blir det dårlige bilder ass”, da hun længe står på kanten af en rappel og ikke tør at tage skridtet udover. Denne kommentar er henvendt til kameramanden og Nanna er klar over at hun bruger lang tid.

I video 8 og 9 er Eva og Ivar meget bevidste på, at de bliver filmet. De kigger begge to op fra rappelleringen og smiler til kameraet. Samtidig kigger de også på de andre deltagere som observerer dem. Der opstår en bevidsthed omkring det at blive set, og hvordan man klatrer på den ’rigtige’ måde.

4.4 Udeoplevelser med klatring

Arctivity er et udendørs arrangement, og klatring foregik ude i alt slags vejr. Hvordan udeoplevelsen påvirker deltagerne, forklarer de nedenfor.

”Det var ude som var mest interessant”

Til det første møde med gruppen som skulle klatre, blev deltagerne inddraget i beslutningen om hvordan vi skulle tilrettelægge oplægget. Første punkt på dagsordenen, var om vi skulle

ændre en oprindelig opsat plan. Den opsatte plan lagde op til, at første dag var indeklatring. Dette var tænkt for at deltagerne kunne starte på en tryk arena. Hovedinstruktøren tager dette op til diskussion og alle deltagerne er enige. I mine feltnotater har jeg skrevet:

”Deltagerne mener ikke de er kommet for at være inde. Enighed om ændring i opsatte plan.”

Feltnotat

Deltagerne er opsatte på at komme ud at klatre, så hurtigt som muligt. De ser ingen grund til at ”tørtræne” inde først. Desuden er der meldt sol og tørvejr de første dage. Rasmus er meget tydelig omkring, at det er ude som gælder for ham. Rasmus snakker om netop dette i interviewet. Han mener han eventuelt havde valgt en anden aktivitet, hvis det var indeklatring der havde været lagt op til.

”Hadde det kun vært inneklating, ja, så hadde ikke klatring vært første valget tror jeg. [...] Nei, da tror jeg muligens jeg hadde vurdert litt annerledes. Hvis det kun skulle vært inne i en hal, det er helt greit med en dag, men det var ute som var mest interessant. [...] Jeg har et sterkt ønske om å klatre ute også, så har vi vært ute hele tida, så jeg føler det her var helt suverent.”

Rasmus

For Rasmus er det ikke bare at klatringen foregår udendørs, men det er også vigtigt at hele Arctivity er tænkt som et udendørsarrangement. Han tiltrækkes af konceptet om et udendørsarrangement.

At være ude og samtidig være i aktivitet, er vigtigt for Eva. Hun synes det er dejligt at prøve noget nyt og ser det som et stort plus at arrangementet er udendørs. Hun siger det bliver noget helt andet end det hun laver til daglig, hvor hun i langt højere grad er tvunget til at være inde.

Muligheden for at gå sine egne veje

Ivar snakker om at udeklatring handler om en helt anden oplevelse. Udeklatring indeholder elementer som ikke kan struktureres og det er ikke bestemt på forhånd, hvor du skal sætte foden eller tage fat med hånden. Han mener, det giver en helt anden oplevelse, at klatre ude. Han forklarer det som en helhedsoplevelse. Det bliver en helhedsoplevelse med udsigt og det bliver så meget mere end at klatre inde.

”Så det er veldig kult når man klatrer ute, så er det jo en helt annen opplevelse enn å klatre inne. Det er jo, du får jo hele utsikten og inne så er det jo på en måte veldig lagt opp til at du skal ta her og ta her, mens ute så er det, da må du tenke selv.”

Ivar

Det bliver en totaloplevelse, som ikke kan måle sig med det at være inde. Rammen omkring dagen, bliver også anderledes. Frokosten bliver spist ude i solen, siddende på en klippe og med udsigt til den væg vi netop har klatre på. Fra en anden væg er der udsigt over havet og man kan skimte Lofoten. Ivar vægtlægger selvstændigheden i udeklatring, han fremhæver det at måtte tænke selv, som en positiv ting. Der findes ingen fastsatte måder at komme til toppen på, og der er ingen der har skruet klatregreb, der hvor de mener det er hensigtsmæssigt at du sætter foden.

Rasmus snakker om, at det er vigtigt at have muligheden for at finde sin egen vej til toppen, uden at andre har lagt føringer. Rasmus har større muligheder for at mestre klatreudfordringen, hvis det er på en udendørs arena. Her får han først og fremmest hjælp af det naturlige lys, som findes udendørs. Inde fortæller han, at han har svært ved at se forskel på de forskellige farver, og lokalisere klatregrebene. Hans funktionsnedsættelse bliver mere fremtrædende og kan opleves mere hæmmende, end hvis klatringen foregår udendørs. Naturen tilrettelægger bedre for Rasmus, end hvad vi kan gøre med kunstigt lys og færdigstøbte greb indendørs.

Kapitel 5. Diskussion

Diskussionen er et resultat af hvordan fundene og teorien supplerer og udfordrer hinanden. Jeg vil i dette kapitel forsøge at væve fundene, teorien og tidligere forskning sammen, samtidig som jeg kommer med mine perspektiver på hvordan der eventuelt opstår en sammenhæng. Kapitlet afsluttes med et afsnit, som opsummerer studiets vigtigste og mest centrale fund.

5.1 Selvbillede og fysisk funktionsnedsættelse

Et godt selvbillede handler i stor grad om hvordan hver enkelt mestrer forskellige udfordringer. Det handler om hvordan vi ser på os selv og hvordan vi varierer dette billede fra arena til arena og fra situation til situation. Deltagernes selvbillede og hvordan de ser på sig selv, er det centrale omdrejningspunkt i dette afsnit.

Jonglering mellem identiteter

Ud fra et rent medicinsk og patologisk perspektiv, karakteriseres deltagerne som funktionshæmmede og som personer med nedsat funktionsevne; de har et afvig i deres fysiske formåen i forhold til normalen. For at tilmelde sig til Arctivity, er det et optagelseskrav, at deltagerne skal have en fysisk funktionsnedsættelse (Arctivity, 2015). Deltagerne har således allerede accepteret og placeret sig selv indenfor kategorien 'mennesker med fysiske funktionsnedsættelser'. Men om funktionsnedsættelsen gør, at deltagerne vil opleve klatring som en funktionshæmmende aktivitet, er ikke nødvendigvis givet på forhånd (Hedlund, 2009, s. 56-58). Valget af klatring som aktivitet, kan også have sammenhæng med præcis det modsatte. Nemlig at deltagerne har valgt klatring, på baggrund af en tanke om normalisering og muligheden for at teste sine grænser netop på en fysisk krævende arena.

Alle deltagerne blev hver især spurgt om hvordan de ville beskrive deres udfordringer, både i forhold til klatring, men også i hverdagen generelt. Allerede i interviewene, blev det tydeligt at deltagerne selv, havde svært ved at komme i tanke om situationer, hvor de har udfordringer i forhold til klatring. Rasmus og Ivar redegør hurtigt og rutineret for sine udfordringer i det daglige, men mener først at de ikke har nogen udfordringer når det kommer til klatring. Efter et stykke tid, kommer de dog frem til flere elementer, som kan betegnes som udfordringer. Rasmus kommenterer f.eks hvordan han i større grad end de andre, må bruge følesansen, når

han skal finde greb og ting at stå på. Ivar snakker om sine udfordringer med balancen og hvordan han er afhængig af at stå godt, for at kunne sikre en anden.

Ved at tilmelde sig Arctivity accepterer deltagerne, at de befinde sig i kategorien 'mennesker med fysisk funktionsnedsættelse'. Men de giver ikke udtryk for, at opleve klatring som en funktionshæmmende aktivitet. Tværtimod oplever blandt andet Ivar og Guro det, som et springbræt til at mestre deres udfordringer. Dette er interessant, først og fremmest fordi klatring er en aktivitet, der stiller krav til udøverens fysiske formåen og kunnen.

Deltagerne giver udtryk for at have flere forskellige identiteter og jonglerer mellem dem, både bevidst og mere ubevidst. Flere af deltagerne har en mere eller mindre synlig funktionsnedsættelse, alt afhængig af hvilken kontekst du møder dem i. Nanna har en funktionsnedsættelse, som i mange sammenhænge, kunne have været skjult under hendes beklædning. Men Nanna har taget et bevidst valg om at gå med short og 'udstiller' sin funktionsnedsættelse, frem for at skjule den. Hun skaber og udvikler hendes identitet omkring hendes protese.

Den sociale mestrings valg og fravalg

Grue og Rua (2013, s. 57-61) fremhæver, at social mestring af en funktionsnedsættelse, i høj grad handler om at kontrollere hvordan omgivelserne ser på og tilpasser sig funktionsnedsættelsen. Nanna lader det ikke være op til omgivelserne at kategorisere hende. Hun vil være medbestemmende og konfronterer omgivelserne med deres fordomme om personer der mangler et ben, og har en fysisk funktionsnedsættelse. Dermed agerer Nanna ud fra en tanke om social mestring som primærkontrol (Heckhausen & Schulz, 1995, s. 284). Det er omgivelserne der tilpasses Nanna og ikke omvendt. For Nanna er det vigtigt, at det er hende der sætter rammerne for hendes funktionsnedsættelses plads i det offentlige rum. Men spørgsmålet er om det er muligt, kun at bruge primærkontrol som social mestringsstrategi. De fleste af deltagerne vil nok på et eller andet tidspunkt veksle mellem social mestring som primær- og sekundærkontrol, da vi kun til en vis grad kan påvirke de ydre omgivelser (Heckhausen & Schulz, 1995, s. 284-286).

Under interviewet med Eva, snakker hun både direkte og indirekte om hvordan hun tackler arbejdshverdagen hjemme og hvis det er mange aktiviteter og arrangementer hun har lyst til at deltage i. Eva er afhængig af at hvile kroppen, og hun har planlagt Arctivity således, at hun har en uges ferie bagefter. Hun fortæller, at hun kan holde kroppen i gang og i højt tempo

over en periode, men efter det, er hun nødt til at slappe af og restituere. For Eva har deltagelse på Arctivity en pris, og den pris betaler Eva når ugen er færdig og hun kan tage sig en uges restitutionsferie. For Eva handler de forskellige mestringsstrategier om prioritering. Hun må hele tiden veje de ting hun har lyst til at gøre op mod hinanden, og veksler dermed mellem, at bruge social mestring som primær- og sekundærkontrol i hendes valg og fravalg.

Deltagerne udfordrer tanken og ideen om den stereotypiske klatrer. De er med til at udvide begrebet og udfordrer normaliseringstanken i klatring ved deres deltagelse. Klatring er en aktivitet under paraplybegrebet risikosport. Risikosport er en komponent i det moderne samfund, og deltagelse i risikosport er blevet en identitetsmarkør (Langseth, 2011, s. 629-630). Personer med en fysisk funktionshæmning er en gruppe, der præges af samfundets udvikling på lige linje med resten af befolkningen. Dette gælder både indenfor det sociale, politiske og organisatoriske.

Trangen til at opsøge risiko, udfordre sig selv og udvikle ens identitet, er en slags tilpasning til kulturens koder. Deltagerne i dette studie er ingen undtagelse fra denne regel. De kan netop være medvirkende til en udvidelse af normaliseringsbegrebet. Og hvis udvikling skal finde sted, er der nogen der er nødt til at tage det første skridt og bryde med det normale og normen. Så hvis vi ser en person med balanceproblemer i klatrevæggen, som bliver sikret af en person med en synsnedsettelse, er disse personer sandsynligvis med til at udvide vores opfattelse af klatrebegrebet.

Funktionshæmning, normalisering og klatring

Funktionshæmmede og klatring er ikke nogen ny tanke og idé. I 2003 udviklede Baksjøberget, Greve og Sæbu (2003) et hæfte for Norges klatreforbund, som skulle give klatreinstruktører under uddannelse, en indføring i generelle principper for tilrettelægning af klatring i forhold til mennesker med funktionsnedsettelse. I dette hæfte ses hvordan funktionshæmmede beskrives, som en samlet gruppe inden for klatresporten. Når funktionshæmmede betegnes som en samlet gruppe, bidrager det ikke til inklusion og udvidelse af normaliseringstanken som sådan. Man kan argumentere for, at det i langt højere grad bidrager til segregering og et skille som opretholder et os og dem.

Klatring på Arctivity er også en lukket gruppe, hvor det udelukkende er mennesker med fysiske funktionsnedsettelse, som kan deltage. Så hvordan udfordrer deltagerne på Arctivity normaliseringstanken, når klatringen kun er for en lukket gruppe mennesker? For at påvirke

og udfordre normaliseringstanken inden for hvilke personer som er aktive med klatring, kræver det at man inkluderer denne gruppe i resten af klatremiljøet. Det har ikke nogen hensigt, at skelne mellem klatring for funktionshæmmede og klatring for andre. Dette er i langt højere grad en samfundsdebat, end det er en debat som deltagerne kommenterer. De fremhæver tilrettelægning, som et vigtigt element for at de skal lykkes. Denne tilrettelægning kunne muligvis også lade sig gøre i en gruppe med både funktionshæmmede og 'funktionsfriske'.

Ivar fremhæver at hans erfaringer og oplevelser på Arctivity, gør ham rustet til at tilmelde sig et almindeligt klatrekursus i hans hjemby. Han føler han har opnået nok kompetence til at mestre og gennemføre et kursus på lig linje med andre deltagere, som måtte melde sig på. For Ivar handler det om en tryghed, ikke bare i forhold til klatring, men også i forhold til hans færdigheder. Det kan have sammenhæng med en frygt for at dumme sig eller skille sig unødigt ud. I Wickmans (2015) studie, oplever informanterne også, at uafhængighed og autonomi er vigtige faktorer, som opmuntrer dem til at fortsætte med en sportsaktivitet eller idrætsgren.

Så selvom deltagerne udfordrer normaliseringstanken og –begrebet, er det ikke med en tanke om at skille sig ud, men snarere ud fra et behov om at passe ind. På den måde får klatring på Arctivity en rækkevidde, som strækker sig langt ud over deltageres oplevelser i den specifikke uge. Den lukkede gruppe med mennesker som deltagerne repræsenterer, spreder sig ud og deltagerne påvirker hver især med sine erfaringer, hvordan klatring på andre arenaer ses på. Arctivity isoleret set, er ikke et normalitetsbrydende arrangement, men det kan forhåbentligvis være medvirkende til, at skabe ringvirkninger langt ud i samfundets små afkroge.

Individuelle udfordringer

For Nanna er det måske en del af hende at mangle en fod, og de udfordringer det medfører, anser hun som lige så naturlige som alle andres udfordringer. Derfor kan det være en udfordring for hende at svare på mit spørgsmål om hvordan hendes funktionsnedsættelse påvirker klatringen. Der er ikke nødvendigvis en modstridende beretning, men en forståelsesbarriere mellem min verdensopfattelse og Nannas. For Nanna kan det være en identitetsskabende reaktion, at svare tøvende på mit spørgsmål om hendes specifikke udfordringer, når det gælder hendes afvig.

Rasmus har ligeledes svært ved at beskrive sine udfordringer med klatring. Han svarer først, at han ikke ser nogen udfordringer i forhold til klatring og hans nedsatte syn. Men efter lidt tid nuancerer han det lidt og uddyber. Rasmus er meget konkret i hans beskrivelse af sine udfordringer. Det kan være svært at gisne om hvad der ligger bag hans første respons på spørgsmålet, men det kan være en mekanisme, hvor han sammenligner sig med resten af gruppen og bruger dem som spejling af sine egne forudsætninger for at lykkes. Hvis det er den tankegang Rasmus anvender, kan det tænkes at han ser sig selv som ligeværdig i gruppen, og dermed vil han ikke have en oplevelse af, at have nogle specielle udfordringer som er værd at nævne. På den måde kan Rasmus' oplevelser af sin egen krop, ses som både en subjektiv og objektiv oplevelse (Duesund, 2006, s. 36-40). I og med at Rasmus ikke kan frigøre sig fra sin krop og udelukkende se på den som en objektiv, bruger han sine subjektive erfaringer som målestok. Målestokken gør at Rasmus' selvopfattelse forstærkes i positiv retning, ved at indgå i en gruppe med andre funktionshæmmede. Her kan han spejle sine færdigheder og refleksioner, og få tilgang til sin kropslige bevidsthed.

Deltagerne veksler mellem at være deres udfordringer bevidst og ikke at se noget problem i forhold til f.eks. klatring. De tager ubevidst forskellige mestringsstrategier i brug og anvender dem til det bedste for deres eget selvbillede (Heckhausen & Schulz, 1995, s. 286). Det kan være en af grundene til, at jeg oplever lidt forskellige udsagn, når jeg først og fremmest læser interviewene med de forskellige deltagere igennem. Det samme går også igen i mine observationer og i videoerne, hvor det er tydeligt, at der eksisterer nogle udfordringer, som deltagerne måske ikke selv er bevidste omkring. Metodetriangulering har til hensigt, at metoderne skal spejle sig i hinanden og bruges som forskellige arbejdsredskaber. Spejlingen af metoderne, hjælper til at få forskellige niveauer i deltagernes fortællinger og beskrivelser, hvor man får perspektiver på de samme oplevelser, på forskellige stadier. Interviewene er deltagernes oplevelser set i retrospektiv, mens videoerne er et udsnit af deltagernes oplevelser i øjeblikket og nuet. Dette kan også være en af grundene til at deltagernes mestringsstrategier beskrives og opleves forskelligt ud fra hvilket perspektiv, de er blevet beskrevet.

5.2 Flowoplevelser

Flow, læring og udbrud fra komfortzonen er forbundet med positive associationer og gode oplevelser. Flere af fundene tyder på, at deltagerne bevæger sig ud og ind af flowzonen og deltagerne jagter denne tilstedeværelsen i tilstanden.

Intense oplevelser

Når man befinder sig i flowzonen, beskrives det som en positiv tilstand. Det er en tilstand hvor hele personens opmærksomhed er koncentreret om aktiviteten (Csikszentmihalyi, 2008, s. 74-76). I video 8 med Ivar er det tydeligt, at Ivar er så fokuset og i ét med aktiviteten, at han ikke har overskud til at kommunikere med kameramanden. Alt Ivars overskud og alle hans kræfter er nødvendige for at mestre rappellen. Udadtil virker det ikke umiddelbart som om Ivar har en positiv oplevelse og at han befinder sig i flowzonen. Han er stille og har blikket stift rettet mod hans hænder der arbejder med sikringen. Det samme kan siges om videoerne med Eva på rappelling. Her er der mange udbrud og stærke ord, hvor Eva har blikket rettet mod sikringen.

Både Ivar og Eva er dog nogle af dem der omtaler klatringen og deres oplevelser som mest positive i interviewene. Ivar ønsker at opsøge klatremiljøet hjemme og er fyldt med energi og gåpåmod. Så til trods for det ydre udtryk for frygt blandet med koncentration og fokus, søger deltagerne tilbage til akkurat det øjeblik, hvor kroppen og sindet var i ét med oplevelsen. De har haft en intens oplevelse de søger tilbage til, det som Csikszentmihalyi (2008, s. 72) kalder for en optimal og autotelisk oplevelse. Det samme er gældende i Duesund og Skårderuds (2003) studie, hvor informanterne glemte deres negative kropsfokus, men i stedet forbandt kroppen med noget positivt i selve aktiviteten.

I videoerne hvor Eva rappellerer, er Evas følelser meget stærke og hendes udtryksform er tydelig. Hendes blik er intenst og det virker som om hun veksler mellem at bevæge sig fra en angstpræget tilstand i A_3 , til lige akkurat at snuse til hvordan det føles at befinde sig i flowzonens A_4 (Csikszentmihalyi, 2008, s. 74). Videoerne fremstiller Evas oplevelser som stærke og intense sanseerfaringer, noget Eva også trækker frem i interviewet. Alligevel kan Evas udsagn i interviewet på ingen måde måle sig i intensitet og lige netop dette afspejler styrken i anvendelsen af videoer, som datamateriale. Intensiteten som Nanna også oplever, kan udadtil virke helt meningsløs. Deltagerne viser ingen glæde eller andre positive følelser, og det kan være svært at forstå, at netop fraværet af disse følelser, appellerer til gentagelse.

Overgangen og balancegangen mellem flowzonens A_3 og A_4 , er en kompleks overgang, fordi det kræver at deltagerens færdigheder forbedres (Csikszentmihalyi, 2008, s. 73-76). Det betyder, at Eva må arbejde med sig selv og hendes forudsætninger for at matche de udfordringer, hun oplever når hun rappellerer. Evas færdigheder, er ikke kun en fysisk udtryksform, men i eksemplet over, handler det for Eva om, at arbejde med hendes mentale

styrke og forbedre denne. Deltagernes oplevelser involverer en form for fysisk aktivitet, hvor kroppen er i bevægelse. Men at holde kroppen i bevægelse kræver ikke bare fysisk styrke, men i høj grad også et mentalt fokus.

Nybegynderens oplevelse af flow

I mange sammenhænge inden for idræt og friluftsliv, er det som regel en fordel at være øvet eller ekspert indenfor et givet område. Men inden for teorien om flow, er det ikke nødvendigvis en fordel. Ingen af deltagerne havde nævneværdig med erfaring fra klatring tidligere og for alle, på nær Guro, var udeklatring en ny aktivitet. Alle deltagerne kunne dermed klassificeres som nybegyndere, før Arctivity-ugen. Csikszentmihalyi (2008, s. 75) påpeger, at flow er en tilstand der øger i kompleksitet, proportionalt med at deltageres færdigheder forbedres.

Allerede den første dag på Arctivity, var deltagerne fulde af energi og positive oplevelser. De fortalte og snakkede ivrigt om dagens oplevelser og var spændte på næste dags indhold, da vi kørte hjem i bilen. Det virker som om, første dag med klatring gav deltagerne lyst til mere. Flere andre studier har også forsket på flow, og vægtlagt hvordan nybegyndere hurtigere oplever en mere intens tilstand, end en øvet udøver. Blandt andet fandt Mackenzie et al. (2013) ud af at nybegyndere beskrev deres oplevelser som mere intense, mere stressfyldte og mere afhængighedsskabende, end mennesker med en højere kompetence eller grad af færdigheder inden for samme aktivitet.

Deltagerne i dette studie, glædes og stresses også over de små oplevelser med klatring. Det er ikke kun det fysiske, der er en udfordring for deltagerne. Klatring er en aktivitet, som kræver mestring indenfor flere områder. Ikke alene handler det om at mestre det fysiske element, men også i høj grad om at mestre det psykiske og mentale. Det handler om at stole på udstyret og de mennesker som står ansvarlig for din sikkerhed. Og vigtigst af alt, så handler det om at stole på sig selv.

Drivkraften til klatring er individfokuseret, hvor det er den individuelle klatreoplevelse og præstation som er i centrum. Men ifølge Kane (2012), hviler det i ligeså stor grad på en socialitet og identifikation i et socialt forum. Deltagerne udfordrer hinanden og spejler sig i de andres færdigheder og hvad de mestrer og klarer. På en af bilturene på vej hjem fra klatrefeltet, er det særligt de sværeste og de ruter med størst vanskelighedsgrad, som deltagerne fortæller om. I videreformidlingen til de andre deltagere og i 'bilfællesskabet', er

det tydeligt, at betydningen af at have klatret en svær rute tillægges størst værdi. Det interessante ligger derfor i om deltagerne faktisk havde den bedste og mest positive oplevelse med de svære klatreruter, eller om oplevelsen forstærkes af det sociale rums status som tillægges svære klatreruter. Det er muligt, at begge komponenterne påvirker hinanden, således at det kan være vanskeligt, at afgøre hvad som er primært og hvad som er sekundært.

Komfortzonens kant

Arctivity deltagernes motivation for at tilmelde sig klatring, handler om at de søger udfordringer. Eva beskriver, at for hende er udfordringer, en måde at komme ud af komfortzonen på. Hun vægtlægger det som en positiv tilstand og mener det er essentielt, at oplevelserne står i kontrast til hverdagslivet. Komfortzonemodellen er netop et resultat af individets søgen mod det ukendte, det risikable og det uforudsigelige (Nadler, 1995, s. 53). Det risikable ses som en vigtig komponent for, at skabe bevægelse ud af komfortzonen og mod det ukendte og hvor læringen foregår (Panicucci, 2007, s. 38). Men i Leberman og Martins (2002) studie, fik de lidt andre resultater end teorien henviser til. Informanterne beskrev en situation hvor også det sociale, kreative og aktiviteter med plads til refleksion, gav dem en følelse af at komme ud over kanten i komfortzonen. Informanterne lagde ikke nødvendigvis vægt på risiko og spænding, som en forudsætning for 'peek learning experiences'.

Eva beskriver to sider ved komfortzonen. For det første handler det om de udfordringer hun oplever i klatring, men for det andet snakker hun også om, at det hører sammen med at gøre noget helt andet end det hun er vant til. Det er dermed muligt, at Eva ser på stærke lærings- og mestringsoplevelser, som en kombination mellem fysiske udfordringer med risikoelementer og det sociale fællesskab, som står stærkt i gruppen. Derudover er klatreoplægget også tilpasset ud fra en tanke om selvstændighed, og for at opnå selvstændighed, er deltagerne tvunget til at reflektere over hvorfor de gør som de gør, og hvordan ting skal gøres rigtigt for at det er sikkerhedsmæssigt forsvarligt.

I teorikapitlet kaldte Nadler (1995, s. 52) komfortzonens ydre cirkel for en kant (edge). Inden for kanten, er der en stemning af det trygge, det familiære og det forudsigelige. Nanna beskriver og snakker om en usynlig tærskel hun må overkomme. Først må hun stole på udstyret, instruktørerne, de andre deltagere og ikke mindst sig selv. Men når først hun føler tryghed ved disse elementer, kan hun overskride hendes tærskel. Nannas oplevelse af en usynlig tærskel har mange lighedstræk med Nadlers (1995) beskrivelse af en kant. Kanten kan

ses på som en metafor for, at få tilgang til mestrings- og læringsoplevelser og tage afstand fra de trykke og forudsigelige rammer, som ellers omgiver tilværelsen.

5.3 Klatring og fysisk funktionshæmning

Risiko kan betegnes som værende noget negativt og bidrage til stagnation i udviklingen, men det kan samtidig også kategoriseres som værende positivt og forstærkende. Men hvorfor skal klatring tilrettelægges for mennesker med fysiske funktionsnedsættelser? Dette afsnit problematiserer det omvendte spørgsmål; hvorfor ikke?

Asymmetrisk oplevelse af risiko

En aktivitet med en øget grad af risiko, har et større potentiale for at give udøveren en stærkere sansoplevelse (Langseth, 2011, s. 629). Den mestringsoplevelse som flere af deltagerne nævner som afgørende for at de meldte sig på, gør klatring til en attraktiv aktivitet. Klatringens elementer kan være risikoudløsende, og ved at mestre disse, bliver flowoplevelsen stærkere og mere intens.

Rasmus og Nanna har indarbejdet gode rutiner, når det gælder at sikkerhedstjekke udstyret. Ved at oparbejde gode rutiner i sikkerhedsarbejdet inden selve klatringen begynder, håndterer Nanna og Rasmus risikoen og minimerer sandsynligheden for fejl, som kunne være potentielt risikoudløsende. De oplever en følelse af selv at kontrollere risikoelementer, og som Burns et al. (2013) også undersøgte, er det med til at skabe et følelsesmæssigt engagement, som bidrager til at Nanna og Rasmus skaber deres egen identitet i klatrekonteksten. De får et slags ejerforhold, som muligvis er medvirkende til at både Nanna og Rasmus beskriver klatring som en positiv oplevelse, hvor de oplever stærke mestringsoplevelser. Ved selv at få et ejerskab til risikohåndtering, vil det også opleves som mere givende, at balancere på kanten af komfortzonen, og læringshorisonten udvides (Nadler, 1995, s. 53).

På den store og længste rappel, bruger Nanna lang tid på at overvinde sig selv og sin frygt. Hendes risikovurdering, baserer sig på hendes antagelser om hvad der er farligt og hvad der kan gå galt. Nanna oplever en risiko, som er potentielt større end den reelle og faktiske risiko. Der er en hårfin balancegang mellem grænseoverskridende oplevelser og panik, og det er ikke altid enkelt for deltageren, at skelne imellem de to. Det kan opfattes som om, Nanna befinder sig på grænsen af hvad hun mestrer. Men ved at overvinde sig selv, bliver oplevelsen endnu stærkere, og vil efterlade et større indtryk. Kombinationen af frygt og intens koncentration fører til, at Nanna muligvis også oplever en stærkere tilstedeværelse i sin egen krop (Breivik,

2011, s. 324). Den faktiske grad af risiko er i alt hovedsag underordnet, det er Nannas oplevelse og vurdering af risiko, som er afgørende for hvordan hun tackler aktiviteten.

Selvstændighed

Uanset hvilken tryghed det giver med en instruktør i den ene ende og en frivillig i den anden, har det en speciel betydning, at kunne mestre aktiviteten selvstændigt. Som nævnt ovenfor, var Rasmus og Nanna et mere eller mindre fast klatrepar, igennem det meste af ugen. I video 10 gennemfører Rasmus og Nanna er kammerattjek, før Nanna er klar til at gå i væggen. De gennemfører det uden indgriben fra frivillige eller instruktører. Deltagerne fik instruktion i hvordan de skulle sikre hinanden, og hele oplægget baserede sig på en grundlæggende tanke om selvstændighed.

Selvstændighed er en strategi, hvor klatreren og sikreren bliver tvunget til selv at fokusere på de vigtige elementer og vurdere risikoen ud fra en tanke om sikkerhed (Tronstad, 2011, s. 56). Denne strategi fremhævede både Rasmus, Nanna og til dels også Ivar som vigtig. Selvstændighed er ikke noget der kommer fra det ene øjeblik til det andet, men er et resultat af det Guro snakker om i forhold til at udfordringerne må tilpasses hendes færdigheder, og at det opleves som trygt at starte i det små, og så trinvist udbygge udfordringerne. Hvis klatreoplægget er struktureret således, at deltagerne med tiden vil opleve et slags ejerforhold til aktiviteten, vil deltagernes oplevelser også erfares som mere personlige. De tager ansvar for egen sikkerhed, egen læring og egen mestring. Klatringen bliver deres aktivitet.

Udeklatring

En fysisk krævende aktivitet som klatring, involverer kroppen i oplevelsen. Klatring kræver en kropskontrol og styrke, hvor kroppen er nærværende i øjeblikket (Duesund, 2006, s. 37-38). Ivar beskriver udeklatring som en egenart, hvor det ustrukturerede og kreative er i centrum for kropslig bevægelse. Ivars krop bliver et redskab, hvor han igennem kroppens bevægelser, kan sanse og erfare klatringens egenart.

Klatringen og naturen tilrettelægger for Rasmus på en måde, som ikke kan skabes af det menneskelige. Naturen giver Rasmus gode lysforhold og klippen inviterer til at han finder sin egen vej til toppen. Rasmus lever i en krop, som giver ham nogle muligheder og nogle udfordringer. Hans kropslige bevidsthed, gør at han erfarer sin krop som værende mere positiv og indehave flere muligheder, når han kan indgå i et samspil med klippen og de muligheder den giver ham i klatringsoplevelsen (Merleau-Ponty, 2009, s. 89-93).

I fysisk bevægelse vil vores kropsopfattelse og -bevidsthed forstærkes. Når den fysiske bevægelse i tillæg består af risikofaktorer, gøres deltageren i langt højere grad ansvarlig for at være nærværende i sin egen krop. I fænomenologien er nærværet i kroppen og erfaringerne, selve grundstrukturen for vores opfattelse af livsverdenen (Merleau-Ponty, 2009, s. 90-96). Vores livsverden er udgangspunktet for hvordan vi erfarer udeklatring. Udeklatring kan til en vis grad struktureres, men for Ivar er det netop det at naturen er ustruktureret, som gør udeklatring til en helhedsoplevelse. Ivar må selv finde en løsning, på hvordan hans krop på bedst mulig måde kan komme til toppen, ved hjælp af de kropslige muligheder han har. Det gælder både de fysiske og psykiske, og hans tilstedeværelse i disse.

5.4 Social identitet og mestring

I det individuelle, præstationsprægede lys, som klatring ofte overflømmes med, er det let at glemme gruppen og det sociale betydning for selve helhedsoplevelsen. Fællesskabet er det overordnede tema i dette afsnit.

Gruppetilhørighed

Indenfor mestringsbegrebet, kan der være en tendens til at fokusere på de individuelle faktorer. Dette kom blandt andet frem i det tidligere afsnit om flowoplevelser og det individualistiske perspektiv i komfortzonemodellen. Flowmodellen er i høj grad baseret på, hvordan den enkelte mestrer en oplevelse og en udfordring (Csikszentmihalyi, 2008). I mine fund, blev det meget tydeligt, at deltagerne i høj grad vægtlagde et kollektivt fokus, hvor gruppetilhørighed og sociale relationer, var centrale. De beskrev vigtigheden af en god gruppe, som en forudsætning for at få en god oplevelse med klatring.

Et fællesskab er, ifølge Baarts' (2006) studie, karakteriseret ved at have specielle koder og et internt sprog, som er unikt for fællesskabets medlemmer. Sproget fungerer både inkluderende og ekskluderende. De fælles oplevelser som klatregruppen havde, gjorde at det var accepteret at joke med de andres funktionsnedsættelser. Hvis en udenforstående havde observeret sproget indad i gruppen, havde hun måske opfattet det som diskriminerende og stigmatiserende. Havde den samme person forsøgt, at bruge de samme termer og sætninger overfor deltagerne, var hun mest sandsynligt også blevet set på som en dømmende eller stigmatiserende person. Men i klatrefællesskabet var den interne humor og joking, en central og afgørende faktor for at deltagerne, de frivillige og instruktørerne følte et tilhørsforhold. Humoren fungerede inkluderende og forstærkede gruppemedlemmernes bånd (Terrion &

Ashforth, 2002, s. 80). Dette kan være en af grundene til at den interne humor allerede startede den første dag; det var et naturligt behov for at skabe et skille mellem os og de andre.

Et eksempel på et stigmatiserende og diskriminerende udsagn ser vi når Nanna kalder Rasmus for den halvblinde. Hun kan gøre det uden, at det opleves som stigmatiserende eller nedladende. En lignende situation gjorde sig gældende i bilen på vej hjem, hvor Ivar spørger hvornår vi er ved broen. Her svarer Rasmus hurtigt, at den jo er lige foran os, om han ikke kan se den? Dette udløste et latterbrøl fra resten af bilen. For en ting er, at Ivar ikke kan få øje på broen, men at det er Rasmus som skal forklare ham hvor han skal se, er ganske ironisk. Alle disse små situationer udgør tilsammen grundlaget og –strukturen for gruppens sociale identitet. Men selvom humoren udadtil virker uskyldig og sjov, vil der ifølge Baarts (2006, s. 81) altid være en dobbeltbetydning, og humoren indeholder elementer og pointer, som er alvorlige og bunder i dybere og mere seriøse temaer. En humor baseret på joking om fysiske afvig, indeholder i allerhøjeste grad alvorlige og vanskelige temaer.

Om gruppens sociale identitet udelukkende er forbeholdt de fem deltagere, eller om gruppens frivillige og instruktører også er inkluderet, er mere usikkert. De frivillige og instruktørerne havde også et tilhørsforhold til gruppen, igennem deres funktion med at tilrettelægge og gennemføre klatreoplægget, men om de havde samme mandat til at komme med provokerende udsagn, er uklart. Sandsynligvis ejede hele gruppen et internt sprog og havde visse specielle koder, som var unikke. Men ejerskabet til deltagerens interne humor, om funktionsnedsættelser, var det kun deltagerne som ejede fuldstændigt, i kraft af deres tilhørsforhold til kategorien 'fysisk funktionshæmmede'. Deltagerens funktionsnedsættelse, giver dem en tættere relation til de alvorlige temaer i jokingen. De har en forståelse for hvad der findes under overfladen og dette kan være en af forklaringer på hvorfor deres grad af ejerskab til humoren, står stærkere end f.eks. mit.

En midlertidig gruppe

Terrion og Ashforths (2002) studie om midlertidige grupper, viser hvordan sammenholdet i en gruppe svejses sammen ved hjælp af humor og et internt sprog. Men i deres studiet var der også enkelte af informanterne, som oplevede at den interne humor skete på deres bekostning, og at de ikke følte sig inkluderet på samme måde som resten af gruppen. Nu siger Rasmus ingenting om, at han føler at jokingen sker på hans bekostning, men man kan forestille sig at der går en usynlig grænse for hvornår det er acceptabelt og hvornår det går over stregen. Det er vigtigt at humoren ikke udelukkende fokuserer og koncentrerer sig om en enkelt person,

men at alle i gruppen står for skud. Om alle i gruppen står for skud, er vanskeligt at gisne om. Men datamaterialet viser også til andre situationer, hvor humoren er rettet mod enkelt personer, f.eks. når Ivar driller Eva med hendes desperate forsøg på, at tjekke udstyret langt nede i klippevæggen. For at humoren indad i gruppen skal opleves som inkluderende og fællesskabsopbyggende, er det centralt at deltagerne får et ejerskab og tilhørsforhold til humoren. Det interne sprog har referencer til fælles oplevelser, men det skal ikke udstille enkeltpersoner unødigt.

For Nanna var fællesskabet en faktor, som var afgørende for at hun tilmeldte sig Arctivity. Det samme var gældende for Eva, som også opsøgte en arena hvor hun kunne møde andre med fysiske funktionsnedsættelser. Selve fællesskabet, som opstod i klatregruppen på Arctivity, blev grundstrukturen for de fine oplevelser og erfaringer, som deltagerne fik. I interviewene beskriver de i lige så stor grad det gode sammenhold, som de beskriver specifikke klatreoplevelser. Samtidig ser vi også at deltagerne ofte fremhæver episoder eller erfaringer, hvor de delte oplevelsen med en eller flere af de andre deltagere. Rasmus fremhæver f.eks. det gode kammeratskab han fik med Nanna, og hvordan de blev et 'klatrepar'.

Tidligere i diskussionen blev normaliseringsbegrebets betydning drøftet, med henblik på at få en forståelse for deltageres motivation for at tilmelde sig klatring på Arctivity. Det er mange spørgsmål, jeg gerne ville have spurgt deltagerne om i eftertid. Men et af de mest centrale og påtrængende spørgsmål, som bliver ved med at dukke op i mit hoved, handler om hvordan deltagerne havde oplevet klatring, hvis de havde været i en blandet gruppe, med både mennesker med og uden funktionsnedsættelser.

Ved at se på *hele* gruppen som deltog på klatring, er det ikke sikkert at svaret på det spørgsmål ligger så langt væk. Gruppen bestod af fem deltagere som alle havde en eller anden form for fysisk funktionsnedsættelse, derudover var der to instruktører og to til tre frivillige. Ingen af de frivillige eller instruktørerne havde en funktionsnedsættelse og antalsmæssigt var der altså et 1:1 forhold mellem deltagere, og instruktører og frivillige. Hovedinstruktøren udtrykker også en bekymring for, at der er for mange frivillige og opfordrer derfor til at vi frivillige bør indgå som en naturlig del af gruppen. Gruppen består derfor af både mennesker med og uden fysiske funktionsnedsættelser og af øvede og uøvede klatrere. Udfra denne synsvinkel har gruppen pludselig fået en langt bredere mangfoldighed, end hvis der

udelukkende fokuseres på selve deltagerne. Pladsen til mangfoldighed er netop et af de elementer som Breivik (2001, s. 146) hævder, gør klatring til en alsidig aktivitet.

5.5 Opsummering af centrale punkter

For studiets deltagere, har deltagelse på Arctivity været medvirkende til at skabe positive oplevelser, hvor udfordringer mestres og nye komfortzoner etableres. I deltagernes oplevelser og erfaringer med klatring, var det specielt vigtigt med en god gruppedynamik, hvor der var plads til at teste grænser, hjælpe hinanden videre og hente inspiration. For at opnå en god gruppedynamik, fremhæver deltagerne den interne humor, som er forbeholdt klatregruppens medlemmer. Samtidig vægtlægger fire af deltagerne det som centralt, at det er et arrangement med andre fysisk funktionshæmmede.

I klippevæggen var der mange frustrationer og tærskler, som blev overskredet og overvundet. I øjeblikssituationen var det stemninger knyttet til koncentration, panik, angst og fokus, mens det bagefter var stærke sanseoplevelser, som stod i kontrast til hverdagslivet, der blev beskrevet som en vigtig faktor. Deltagernes søgen efter frivillig risiko, beskrives også som en modpol til hverdagen og det almindelige hjemme. Alle fem deltagere nævner eksplicit udfordringer og at prøve nye ting, som vigtige elementer og en motivationsfaktor i deres valg af aktivitet. De beskriver klatring som en aktivitet, der opfylder disse krav.

Klatring med en fysisk funktionsnedsættelse er ikke i nogen særstilling hos deltagerne, og de tillægger ikke deres funktionsnedsættelse stor betydning. De vedbliver at der ligger nogle udfordringer i bunden, men at disse udfordringer, ikke nødvendigvis er større eller mere omfattende end de andre deltageres. Deltagerne udvikler deres identitet gennem spejling og modellering af sin egen tilstedeværelse i kroppen og er aktivt tilstede i denne udvikling. Kroppen er et aktivt redskab i klatring og deltagerne finder egne løsninger, som er tilpasset deres forudsætninger. Der er ikke fundet noget afvig i hvordan deltagerne beskriver sine oplevelser af mestring og flow, i forhold til hvad andre lignende studier rapporterer indenfor risikosport eller adventure aktiviteter.

Kapitel 6. Afslutning

I studiets og opgavens afsluttende fase, er der nogle tanker og refleksioner, som har brug for et par perspektiverende ord med på vejen. Disse refleksioner og tanker drejer sig primært om hvordan andre teoretiske indfaldsvinkler kunne have præget datamaterialet og hvordan studiet lægger op til videre forskning.

6.1 Hvordan kan studiet bruges i praksis?

Det der er mest interessant ved dette studie, hænger sammen med i hvor stor grad deltagerne lægger vægt på det sociale og gruppens betydning for deres individuelle oplevelse. Det overraskede mig, i hvor stor grad de mente dette påvirkede dem. Studiets problemstillinger og udgangspunktet handlede i udpræget grad om deltagernes subjektive og individuelle oplevelse, og lagde i mindre grad vægt på det sociale element. Klatring er normalt set tematiseret som en individuel aktivitet, hvor det er de individuelle præstationer som er i centrum. Studiet stiller spørgsmålstejn ved om denne tematisering fortsat er dækkende.

Problemstillingerne forsøger blandt andet, at belyse hvordan deltagerne oplever mening og mestring i klatreaktiviteten. Deres mestring er i stor grad knyttet sammen med de andre deltageres oplevelser og erfaringer. Samtidig er det usikkert om deltagerne havde beskrevet samme meningsfuldhed, hvis det havde været en større, mindre eller anderledes gruppesammensætning. Det sociale og gruppens betydning, er dermed et fund som spiller en stor rolle for den enkelte deltagers personlige mestring, i en individuel aktivitet.

Studiet er ikke ment som en evaluering af Arctivity som pilotprojekt. Deltagerne eller jeg har ingen tidligere Arctivity arrangementer at sammenligne med, hverken når det gælder klatring som aktivitet, eller ugen generelt. Studiet danner derfor grundlag for, at senere studier kan anvende studiets fund og resultater, som udgangspunkt for sammenligning eller refleksion. Den positive energi som studiet afspejler, viser en god indikation på hvad interviewene, feltnotaterne og videoerne er et resultat af.

Sidste år, i 2015, var Arctivity et pilotprojekt og det var således første gang det blev afholdt. I år afholdes historiens anden Arctivity og arrangørerne håber dermed, at arrangementet kan blive et permanent tilbud i regionen til mennesker med fysiske funktionsnedsættelser. Det havde været spændende, at følge de samme deltagere i endnu en uge og samtale med dem om, hvilke erfaringer de trækker frem fra forrige år og hvorfor de har valgt at tilmelde sig igen.

6.2 Efterrefleksioner

Datamaterialet er skabt og analyseret med hovedvægten på deltageres beskrivelser og med et mindre fokus på fortolkning og generalisering. Det er deltageres livsverden og deres subjektive oplevelser, som udgør kernen i studiet. Hvis studiets videnskabssteoretiske fundament havde bestået af hermeneutikkens vægt på fortolkning, er det muligt at andre temaer havde været mere centrale i analysen. Konsekvensen af dette havde sikkert givet et anderledes perspektiv og syn på deltageres erfaringer og beskrivelser, og andre typer af spørgsmål havde eventuelt været grundlæggende i interviewguiden og startfasen af studiet.

En interessant vinkling på interviewene, og dermed den del af datamaterialet, havde været at hente inspiration fra Mackenzies et al. (2013) studie om flow i white water river surfing, hvor hjelmkameraer blev brugt som en del af interviewet med informanterne. Jeg kunne have valgt, at integrere videoklippene i interviewene med deltagerne. Det kunne have været spændende, at se hvordan interviewet havde udartet sig, hvis deltagerne havde fået muligheden for at se nogle videoklip af sig selv i væggen, og derefter blevet bedt om at beskrive oplevelsen med sine egne ord. Det havde bidraget til en mere inkluderende triangulering og jeg havde kunnet sammenholde mine prøvende fortolkninger med deltageres beskrivelser af videoklippene.

Sidst, men ikke mindst, bør min dobbelte rolle, få de afsluttende refleksioner og kommentarer med på vejen. Jeg indgik selv som en naturlig del af fællesskabet gennem hele Arctivity. I mine observationer og feltnotater har jeg brugt en del plads på at reflektere over dette. Blandt andet har jeg reflekteret over, at der ikke er mange deltagere på Arctivity og at det er et meget 'synligt' arrangement, hvor alle har noget at gøre med hinanden. Enten på aktiviteten, til måltidet, eller til de frivillige aktiviteter der arrangeres om aftenen. Min rolle som forsker, var aldrig skjult, men jeg følte ikke at den udelukkede mig fra fællesskabet og den fælles deling af oplevelser som foregik. Men en ting bør blive fremhævet, og det relaterer sig til hvordan jeg har lagt føringer for deltageres oplevelser. Jeg er med til at tilrettelægge for deltagerne og hjælpe dem i situationen, samt give råd og tips. Deltagerne ser på mig som en frivillig, mens jeg ser på mig selv som *både* frivillig og forsker.

Litteraturliste

- Arctivity. (2015). *Om Arctivity*. Hentet 6. desember 2015, fra <http://arctivity.no/om-arctivity/>
- Atkinson, P., & Coffey, A. (2003). Revisiting the relationship between participant observation and interviewing. I J. F. Gubrium & J. A. Holstein (Red.), *Postmodern interviewing*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Baksjøberget, P. E., Greve, S., & Sæbu, M. (2003). *Klatring og funksjonshemming*. Norges klatreforbund.
- Banks, M. (2007). *Using visual data in qualitative research*. London: SAGE.
- Breivik, G. (2001). Risiko og jakten på spenning. I D. Thelle (Red.), *På den usikre siden: Risiko som forestilling, atferd og rettesnor*. Oslo: Cappelen akademisk forl.
- Breivik, G. (2004). Ekstremisport - et senmoderne fenomen? Hentet fra <http://www.idrottsforum.org/articles/breivik/breivik041214.html>
- Breivik, G. (2011). Dangerous Play With the Elements: Towards a Phenomenology of Risk Sports. *Sport, Ethics and Philosophy*, 5(3), 314-330. doi: 10.1080/17511321.2011.602585
- Brown, M. (2008). Comfort Zone: Model or metaphor? *Australian Journal of Outdoor Education*, 12(1), 3-12. Hentet fra <http://search.proquest.com/docview/232847387?accountid=17260>
- Buntinx, W. H. E. (2013). Understanding Disability: A strengths-based approach. I M. L. Wehmeyer (Red.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology and Disability*. Oxford: Oxford University Press.
- Burns, N., Watson, N., & Paterson, K. (2013). Risky bodies in risky spaces: Disabled people's pursuit of outdoor leisure. *Disability & Society*, 28(8), 1059-1073. doi: 10.1080/09687599.2012.749180
- Baarts, C. (2006). Druk, bajere og løgnehistorier. *Dansk sociologi*, 17(1), 67-83. Hentet fra <http://ej.lib.cbs.dk/index.php/danksociologi/article/view/805/824>
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches* (3. utg.). Los Angeles: Sage.
- Csikszentmihalyi, M. (2008). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper Perennial.
- Csikszentmihalyi, M. (2014). *Flow and the foundations of positive psychology*. doi:10.1007/978-94-017-9088-8_15
- Dahlberg, K., Dahlberg, H., & Nyström, M. (2008). *Reflective lifeworld research* (2. utg.). Lund: Studentlitteratur.
- Day, M. C. (2013). The role of initial physical activity experiences in promoting posttraumatic growth in Paralympic athletes with an acquired disability. *Disability & Rehabilitation*, 35(24), 2064-2072. doi: 10.3109/09638288.2013.805822
- Duesund, L. (1995). *Kropp, kunnskap og selvopfatning*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Duesund, L. (2006). Kropp og rehabilitering. I A.-M. Kissow & B. Therkildsen (Red.), *Kroppen som deltager: Idræt og bevægelse i rehabiliteringen* Roskilde: Handicapidrættens Videnscenter.
- Duesund, L., & Skårderud, F. (2003). Use the body and forget the body: Treating anorexia nervosa with adapted physical activity. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 8(1), 53-72. doi: 10.1177/1359104503008001007
- Fangen, K. (2010). *Deltagende observasjon* (2. utg.). Bergen: Fagbokforl.
- Gibbs, G. (2007). *Analyzing qualitative data*. London: SAGE.

- Giorgi, A. (2010). Phenomenology and the practice of science. *Existential Analysis*, 21(1), 3-22. Hentet fra <http://go.galegroup.com/ps/i.do?&id=GALE|A288874122&v=2.1&u=unitroms&it=r&p=LitRC&sw=w&authCount=1#>
- Goffman, E. (1968). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Harmondsworth: Penguin.
- Goffman, E. (2000). *Stigma: Om avvigerens sociale identitet*. Oslo: Pensumtjenesten.
- Grue, J. (2012). Funksjonshemming, samfunn og kultur: Om behovet for nye forskningsspørsmål. *Nytt norsk tidsskrift*, 4. doi: 10.18261/issn.1504-3053
- Grue, L. (1999). *Funksjonshemmet ungdom og livskvalitet*. Oslo: Ad notam Gyldendal.
- Grue, L., & Rua, M. (2013). *To skritt foran: Om funksjonshemming, oppvekst og mestring*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Gubrium, J. F., & Holstein, J. A. (2003). *Postmodern interviewing*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Guszkowska, M., & Bołdak, A. (2010). Sensation seeking in males involved in recreational high risk sports. *Biology of Sport*, 27(3), 157-162. doi: 10.5604/20831862.919331
- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1995). A life-span theory of control. *Psychological review*, 102(2), 284-304. doi: 10.1037/0033-295X.102.2.284
- Hedlund, M. (2009). Meningsbrytninger i begrepet "funksjonshemming". I J. Tøssebro (Red.), *Funksjonshemming: Politikk, hverdagsliv og arbeidsliv*. Oslo: Universitetsforlaget
- Holgensen, S.-E., Fink-Jensen, K., Nielsen, A. M., & Rønholt, H. (2003). *Video i pædagogisk forskning: Krop og udtryk i bevægelse*. København: Hovedland.
- Holman, T., Goldenbe, M., McAvoy, L., & Rynders, J. (2003). Outcomes-Consequences - Values of an Integrated Wilderness Adventure Program. *Journal of Experiential Education*, 25(3), 353-353. doi: 10.1177/105382590302500318
- Holman, T., & McAvoy, L. (2005). Transferring benefits of participation in an integrated wilderness adventure program to daily life. *The Journal of Experiential Education*, 27(3), 322-325. Hentet fra <http://search.proquest.com/docview/274968192?accountid=17260>
- Hughes, R. (2010). The social model of disability. *British Journal of Healthcare Assistants*, 4(10), 508-511. doi: 10.12968/bjha.2010.4.10.79078
- Kane, M. J. (2012). Professional adventure tourists: Producing and selling stories of 'authentic' identity. *Tourist Studies*, 12(3), 268-286. doi: 10.1177/1468797612461087
- Kassah, A. K., & Kassah, B. L. (2009). *Funksjonshemming: Sentrale ideer, modeller og debatter*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Kvale, S. (2007). *Doing interviews*. London: SAGE.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3 utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Langseth, T. (2011). Risk sports – social constraints and cultural imperatives. *Sports in society : Cultures, Commerce, Media, Politics*, 14(5), 629-644. doi: 10.1080/17430437.2011.574366
- Langseth, T. (2012). *Spenningsøkingens sosialitet: En sosiologisk undersøkelse av verdssystem*. Norges idrettshøgskole, Oslo.
- Leberman, S. I., & Martin, A. J. (2002). Does pushing comfort zones produce peak learning experiences? *Australian Journal of Outdoor Education*, 7(1), 10-19. Hentet fra <http://search.proquest.com/docview/232846997?accountid=17260>
- Løvgren, M. (2009). *Unge funksjonshemmede: Selvbilde, sosial tilhørighet og deltakelse i fritidsaktiviteter*. Oslo: NOVA.

- Mackenzie, S. H., Hodge, K., & Boyes, M. (2011). Expanding the flow model in adventure activities: A reversal theory perspective *Journal of Leisure Research*, 43(4), 519-544. Hentet fra <http://search.proquest.com/docview/924072504?accountid=17260>
- Mackenzie, S. H., Hodge, K., & Boyes, M. (2013). The multiphasic and dynamic nature of flow in adventure experiences. *Journal of Leisure Research*, 45(2), 214. Hentet fra <http://search.proquest.com/docview/1431922372?accountid=17260>
- McAvoy, L., & Lais, G. (2003). Wilderness, Hope, and Renewal Programs that Include Persons with Disabilities. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 74(7), 25-27. doi: 10.1080/07303084.2003.10609233
- Merleau-Ponty, M. (2009). *Kroppens fænomenologi* (2. utg.). Frederiksberg: Det lille Forlag.
- Molden, T. H., & Tøssebro, J. (2009). Definisjoner av funksjonshemming i empirisk forskning I J. Tøssebro (Red.), *Funksjonshemming: Politikk, hverdagsliv og arbeidsliv* Oslo: Universitetsforlaget.
- Nadler, R. (1995). Edgework: Stretching boundaries and generalizing experiences *Journal of experiential education* 18(1), 52-55. doi: 10.1177/105382599501800110
- Nilssen, V. L. (2012). *Analyse i kvalitative studier: Den skrivende forskeren*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Norlyk, A., & Martinsen, B. (2008). Fænomenologi som forskningsmetode. *Sygeplejersken* 108 (13), 70-73. Hentet fra <https://dsr.dk/sygeplejersken/arkiv/sy-nr-2008-13/faenomenologi-som-forskningsmetode>
- Nyquist, A. J. (2012). *Jeg kan delta! Barn med funksjonsnedsettelse og deltakelse i fysisk aktivitet - en multimetodestudie i en habiliteringskontekst*. Norges Idrettshøgskole, Oslo.
- Oliver, M. (1996). *Understanding disability: From theory to practice*. Basingstoke: Macmillan.
- Panicucci, J. (2007). Cornerstones of adventure education I R. Collinson, D. R. Prouty & J. Panicucci (Red.), *Adventure education: Theory and applications*. Champaign, Ill: Human Kinetics.
- Rønholt, H. (2003). Didaktiske irritasjoner. I S.-E. Holgersen, K. Fink-Jensen, A. M. Nielsen & H. Rønholt (Red.), *Video i pædagogisk forskning - krop og udtryk i bevægelse* København Hovedland.
- Røykenes, K. (2008). Metodetriangulering - et metodisk minefelt eller en berikelse av fenomener? *Sykepleien forskning*, 3, 224-226. doi: 10.4220/sykepleienf.2008.0081
- Shakespeare, T. (2012). Still a health issue. *Disability and Health Journal*, 5(3), 129-131. doi: 10.1016/j.dhjo.2012.04.002
- Skjervheim, H. (1996). *Deltakar og tilskodar og andre essays*. Hentet fra <http://www.nb.no/nbsok/nb/c8f0f2393ab739cc1cd4364dbd91db58.nbdigital?lang=no#5>
- Sollied, S. (2009). *Undring og ubehag: Et blick på effekten av veiledning i spesialpedagogisk praksis*. Universitetet i Tromsø, Tromsø.
- Sollied, S., & Kirkebæk, B. (2001). *Samspill og samoplevelse: Om videoanalyse og forældrevejledning : Rapport fra et projektsamarbejde mellem Småbørnstilbudet på Taxvej og VIKOM*. Virum: VIKOM.
- St.meld. nr. 40. (2002-2003). *Nedbygging av funksjonshemmende barrierer* Oslo: Sosialdepartementet Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/stmeld-nr-40-2002-2003-/id197129/>
- Sæbu, M. (2011). *Physical activity and motivation in young adults with a physical disability: A multidimensional study based on a cross-sectional survey and an intervention-study*. Norwegian School of Sport Sciences, Oslo.

- Sæbu, M., & Sørensen, M. (2011). Factors associated with physical activity among young adults with a disability. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 21(5), 730-738. doi: 10.1111/j.1600-0838.2010.01097.x
- Sæbu, M., Sørensen, M., & Halvari, H. (2013). Motivation for physical activity in young adults with physical disabilities during a rehabilitation stay: A longitudinal test of self-determination theory. *Journal of Applied Social Psychology*, 43(3), 612-625. doi: 10.1111/j.1559-1816.2013.01042.x
- Terrion, J. L., & Ashforth, B. E. (2002). From 'I' to 'we': The role of putdown humor and identity in the development of a temporary group. *Human Relations*, 55(1), 55. doi: 10.1177/0018726702055001606
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (3. utg.). Bergen: Fagbokforl.
- Thornquist, E. (2003). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori: For helsefag*. Bergen: Fagbokforl.
- Thøgersen, U. (2004). *Krop og fænomenologi : En introduktion til Maurice Merleau-Pontys filosofi*. Århus: Systime Academic.
- Tronstad, S. (2011). Fortsatt ille ute inne? *Klatring*, 102(2), 56-57. Hentet fra <http://www.klatring.no/LinkClick.aspx?fileticket=rQgieV7xkI0%3D&tabid=5420>
- Tøssebro, J. (2004). Introduction to the special issue: Understanding disability. *Scandinavian Journal of Disability Research* 6(1), 3-7. doi: 10.1080/15017410409512635
- Tøssebro, J. (2009). *Funksjonshemming - politikk, hverdagsliv og arbeidsliv*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Wadel, C. (2014). *Feltarbeid i egen kultur* (Rev. utg. av Carl Cato Wadel og Otto Laurits Fuglestad). Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Wadel, C. C., & Fuglestad, O. L. (2014). Feltarbeidsprosessen. I C. Wadel (Red.), *Feltarbeid i egen kultur*. Oslo: Cappelen Damm akademisk
- Wickman, K. (2015). Experiences and Perceptions of Young Adults with Physical Disabilities on Sports. *Social Inclusion*, 3(3), 39-50. doi: 10.17645/si.v3i3.158
- Zahavi, D. (2003). *Fænomenologi*. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag.

Bilag 1: Informeret samtykke

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

”Deltakelse på Arctivity. Risikoaktiviteter, mestring og mening”
Informasjon om forskningsstudie ved Arctivity 29. juni-3. juli 2015

Bakgrunn og formål

Jeg studerer en master i spesialpedagogikk ved Universitet i Tromsø og er på nåværende tidspunkt på mitt andre semester. Som led i mitt masterstudium i spesialpedagogikk ønsker jeg å undersøke hvordan det å delta på Arctivity påvirker deltakernes mestringsfølelse og selvbilde. Prosjektet vil fokusere spesielt på deltakere som har valgt aktiviteten klatring, da aktiviteten ikke i utgangspunktet ligger opp til deltakelse for personer med fysiske funksjonsnedsettelse.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Studiets datagrunnlag baserer seg på personlige intervju, som opptas på diktafon for senere at transskriberes til et tekstformat. Spørsmålene vil blant annet omhandle hvordan klatring oppleves som aktivitet og hvordan det gir anerkjennelse og mestringsfølelse, spesielt med henblikk på en normaliseringsprosess. Samtidig brukes feltnotater som datainnsamlingsmetode, da jeg som frivillig på Arctivity befinner meg midt i felten.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt og det er kun jeg som student der vil ha tilgang til personopplysninger. Samtykkeskjemaet vil alltid oppbevares atskilt fra studiens øvrige data og lydopptak slettes så snart de er ferdigtranskriberte. Som deltaker i prosjektet vil du ikke kunne gjenkjennes i masteroppgavens endelige format.

Prosjektet skal etter planen avsluttes 15. mai 2016. Ved prosjektets avslutning makuleres og slettes alt materiale som kan ledes tilbake til enkelt personer.

Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Hvis du har spørsmål til studien eller har bruk for mere informasjon, kan jeg kontaktes på tlf. 466 83 471 eller på mail lbr018@post.uit.no. Du er også velkommen til å kontakte min veileder Sissel Sollied, som kan nåes på tlf. 416 456 12 eller på mail sissel.sollied@uit.no.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS (NSD).

Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Forespørsel om bruk av video i forskningsprosjektet

«Deltakelse på Arctivity. Risikoaktiviteter, mestring og mening»

Informasjon om endring av metode i forskningsprosjektet.

Bakgrunn og formål

Som informant i prosjektet «Deltakelse på Arctivity. Risikoaktiviteter, mestring og mening», har du tidligere medvirket til datainnsamling gjennom personlige intervju og feltnotater. Denne forespørsel går på bruk av video som supplement til mine feltnotater. Under Arctivity filmede instruktørene og de frivillige som bekjent med det formål å dokumentere klatring og bruke videoene og bildene som led i reklame og markedsføring for neste års Arctivity.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Studiets datagrunnlag baserer seg allerede på personlige intervju og feltnotater. I tillegg hadde det vært nyttig for at belyse problemstillingen og gi studiet tyngre grunn å stå på, at inndra videoanalyse som en del av det samlede datamateriale. Alt videomaterialet er kjent for deg, da videoene er de samme som vi så sammen, den siste dag på klatring.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt og det er kun jeg som student der vil ha tilgang til personopplysninger. Samtykkeskjemaet vil alltid oppbevares atskilt fra studiens øvrige data og video- og lydopptak slettes så snart de er ferdigtranskriberte. Som deltaker i prosjektet vil du ikke kunne gjenkjennes i masteroppgavens endelige format.

Prosjektet skal etter planen avsluttes 15. mai 2016. Ved prosjektets avslutning makuleres og slettes alt materiale som kan ledes tilbake til enkelt personer.

Frivillig deltakelse

Hvis du ikke ønsker at jeg bruker det videomaterialet som blev produsert under Arctivity som led i min forskningsstudie, bedes du rette henvendelse til Lene Fisker Brogaard enten på mail lbr018@post.uit.no eller på tlf. 466 83 471 innen *den 1. desember 2015*.

Du er også velkommen til å kontakte min veileder Sissel Sollied, som kan nåes på tlf. 416 45 612 eller på mail sissel.sollied@uit.no.

Bilag 3: Godkendelse fra NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hårfagres gate 29
N-5007 Bergen
Norway
Tel +47 55 58 21 17
Fax +47 55 58 96 50
nsd@nsd.uib.no
www.nsd.uib.no
Org nr. 985 321 884

Sissel Sollied
Institutt for lærerutdanning og pedagogikk UiT Norges arktiske universitet

9006 TROMSØ

Vår dato: 22.05.2015

Vår ref: 43432 / 3 / LT

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 11.05.2015. Meldingen gjelder prosjektet:

43432	<i>Deltagelse på Arctivity. Hvordan risikosportaktiviteter bidrager til mestring og anerkendelse hos mennesker med fysiske funksjonsnedsettelser</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>UiT Norges arktiske universitet, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Sissel Sollied</i>
<i>Student</i>	<i>Lene Fisker Brogaard</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 03.07.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Lis Tenold

Kontaktperson: Lis Tenold tlf: 55 58 33 77

Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.

Avdelingskontorer / District Offices

OSLO NSD Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo Tel: +47 22 85 52 11 nsd@uio.no
TRONDHEIM NSD Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim Tel: +47 73 59 19 07 kytte.svarva@svt.ntnu.no
TROMSØ NSD SVE, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø Tel: +47 77 64 43 36 nsdmaa@svt.uio.no

Personvernombudet for forskning



Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 43432

Utvalget informeres skriftlig og muntlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger UiT Norges arktiske universitet sine interne rutiner for datasikkerhet.

Forventet prosjektslutt er 03.07.2015. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)
- slette digitale lydopptak

Bilag 4: Ændringskema ved brug af video

1

Endrings skjema

for endringer i forsknings- og studentprosjekt som medfører meldeplikt eller konsesjonsplikt

(jf. personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter)

Endrings skjema sendes per e-post til: personvernombudet@nsd.uib.no

1. PROSJEKT	
Navn på daglig ansvarlig: Sissel Sollied	Prosjektnummer: 43432
Evt. navn på student: Lene Fisker Brogaard	

2. BESKRIV ENDRING(ENE)	
Endring av daglig ansvarlig/veileder:	<i>Ved bytte av daglig ansvarlig må bekreftelse fra tidligere og ny daglig ansvarlig vedlegges. Dersom vedkommende har sluttet ved institusjonen, må bekreftelse fra representant på minimum instituttnivå vedlegges.</i>
Endring av dato for anonymisering av datamaterialet: Ny data for anonymisering: 15. mai 2015. Tidligere oppgitt dato: 3. juli 2015. Begrundelse for valg af ny dato Arctivity foregik fra 29. juni til 3. juli 2015. Da jeg indsendte meldeskemaet til NSD i forkant af undersøgelsen, misforstod jeg datoen som skulle settes for projektslut. Jeg forstod det sådan at denne datoen var når dataindsamlingen var færdigstillet, hvilket i dette tilfælde var 3. juli 2015. Derfor angav jeg den 3. juli som projektslut. Dette var en fejl. Projektslut er når masteren skal leveres, altså den 15. maj 2015. Da jeg i eftertid af datasindsamlingen modtog en mail fra NSD om projektslut, udfyldte jeg skemaet i den tro at det var samsvaret med at dataindsamlingen var færdigstillet, og ikke at dataerne skulle være anonymiseret. Jeg læste dokumentet og forklaringen af hvad anaonymisering betød, men koblete det ikke sammen med datoen som var givet. Det må jeg beklage og erkende at jeg læste det med forkerte briller. Jeg ser ikke endringen af dato som et problem, da jeg i mit informationsskriv til informanterne angav den 15. mai som slutdato for projektet. Informanterne har dermed hele vejen været informeret om den endelige og korrekte dato for anonymisering. Uddrag fra informationskriv: « Projektet skal etter planen avsluttes 15. mai 2016. Ved prosjektets avslutning makuleres og slettes alt materiale som kan ledes tilbake til enkelt personer.» Jeg ønsker på bagrund af den information som er givet ovenfor at ansøge om forlængelse af projektet fra 3. juli 2015 til 15. mai 2015.	
Gis det ny informasjon til utvalget? Ja: ____ Nei: X Hvis nei, begrunn: Utvalget er informeret om at datoen for levering af masteren og dermed projektslut er 15. mai 2015. Dette skete både muntlig og skriftlig(informationsskriv) på Arctivity-campen, både i plenum og til hver enkelt. Det er aftalt med alle informanterne at de skal få tilsendt en kopi den dag masteren leveres.	<i>Ved forlængelse på mer enn ett år utover det deltakerne er informert om, skal det fortrinnsvis gis ny informasjon til deltakerne.</i>

Har du spørsmål i forbindelse med utfylling av skjemaet, ta gjerne kontakt med Personvernombudet hos NSD, telefon 55 58 81 80

<p>Endring av metode(r):</p> <p>Videoobservasjon og -analyse</p> <p>I og med at Arctivity i år (2015) var det pilotprosjekt, var det naturlig for arrangørene at ugens aktiviteter blev dokumenteret både gjennom video og bilder. Alle deltagerne blev forespurgt om det var okay at videoerne og bildene blev brukt som led i markedsføring af Arctivity og publisert på både instagram, facebook og hjemmesiden. Derfor findes der allerede en hel mængde video- og billedemateriale fra Arctivity, uden at det i udgangspunktet har noget med min forskning af gøre.</p> <p>På aktiviteten klatring, som var mit forskningsområde, brugte vi også videoerne som arbejdsvideoer, forstået på den måde at deltagerne gennem at se sig selv på video, kunne forbedre sin egen teknik og se sig selv i væggen fra en anden vinkel. Videoerne har altså aldrig vært indsamlet med henblik på dette forskningsstudie, men videomaterialet eksisterer fra før af og har aldrig haft som hensigt at skulle bruges i mit studie. Filmingen var på ingen måde skjult for deltagerne på aktiviteten klatring og den sidste dag på Arctivity, havde vi en film- og billedevisningseftermiddag, hvor alle billeder og videoer blev vist for de som havde deltaget på klatring, både deltagerne, de frivillige og instruktørerne. Jeg deltog selv på klatring som frivillig (og forsker).</p> <p>Jeg søger dermed nu om tilladelse til at bruge arbejdsvideoerne som tillæg til det allerede eksisterende datamateriale som er indsamlet. Jeg har også vedhæftet informationsskriv til informanterne om ønsket brug af videomateriale i analysen, som skal sendes til hver enkelt. Udvalget består af fem personer.</p> <p>Se også informationskrivet som er vedlagt for mere informations.</p> <p>Ta venligst kontakt dersom noe er uklart.</p>	<p>Angi hvilke nye metoder som skal benyttes, f.eks. intervju, spørreskjema, observasjon, registerdata, osv.</p>
<p>Endring av utvalg:</p>	<p>Dersom det er snakk om små endringer i antall deltakere er endringsmelding som regel ikke nødvendig. Ta kontakt på telefon før du sender inn skjema dersom du er i tvil.</p>
<p>Annet:</p>	

3. TILLEGGSOPPLYSNINGER

--

4. ANTALL VEDLEGG

<p>Informasjonsskriv om bruk av video</p>	<p>Legg ved eventuelle nye vedlegg (informasjonsskriv, intervjuguide, spørreskjema, tillatelser, og liknende.)</p>
---	--

Bilag 5: Godkendelse fra NSD ved brug af video

15.1.2016 Gmail - TILBAKEMELDING PÅ INNSENDT ENDRINGSSKJEMA Prosjektnr. 43432 Deltagelse på Arcivity. Hvordan risikosportaktiviteter bidrage...



Lene Fisker <lene.fisker.brogaard@gmail.com>

TILBAKEMELDING PÅ INNSENDT ENDRINGSSKJEMA Prosjektnr. 43432 Deltagelse på Arcivity. Hvordan risikosportaktiviteter bidrager til mestring og anerkendelse hos mennesker med fysiske funktionsnedsettelseser

Lis Tenold <Lis.Tenold@nsd.no>

21. november 2015 kl. 14.16

Til: Lene Fisker <lene.fisker.brogaard@gmail.com>

Cc: Sollied Sissel <sissel.sollied@uit.no>

Hei

Beklager jeg overså denne delen.

Vi forstår at det i forbindelse med Arcivity 2015 ble gjort videoopptak og bilder, men at dette ikke var en del av forskningsprosjektet. Alle deltagerne ble forespurt om det var greit å benytte video og bilder som ledd i markedsføring av Arcivity og publisert på både instagram, facebook og hjemmesiden. Opptakene og bildene hadde i utgangspunkt ingenting med prosjektleders masteroppgaven å gjøre.

Prosjektleder ønsker imidlertid nå å bruke opptak og bilder i masteroppgaven og har innhentet samtykke for dette. Utvalget omfatter 5 personer.

Personvernombudet finner å kunne godkjenne bruk av video og bilder. Alt datamaterialet vil bli anonymisert og/eller makulert senest 15.05.2016.

Personvernombudet vil ved angitt prosjektslutt, 15.05.2016, ta kontakt angående status for behandling av personopplysninger.

Vennlig hilsen
Lis Tenold

Lene Fisker skrev den 18.11.2015 18:55:

Takk for tilbakemelding vedrørende prosjektslutt.

I Endringsskjemaet utfylte jeg også informasjon i forhold til tilføyelse av metode, herunder innvilgelse til å bruk video i forbindelse med mine feltnotater. Er dette innvilget således at jeg kan sende det nye informasjonsskriv til informantene?

Hilsen Lene Fisker

2015-11-16 18:55 GMT+01:00 Lis Tenold <Lis.Tenold@nsd.no>:

Hei

Viser til epost under og til telefonsamtale 13/11.

Vi ser at det i informasjonsskrivet til utvalget er oppgitt prosjektslutt til 15/5-2016. Ved en feil er ikke dette registrert i vårt saksbehandlingssystem. Det er nå rettet opp.

Vennlig hilsen
Lis Tenold

Lene Fisker skrev den 13.11.2015 14:33:

Henviser til samtale med Lis Tenold i dag, fredag den 13. november.

Vedlegger endringsskjema og informasjonsskriv om bruk av video for prosjektnr. 43432

Hilsen Lene Fisker Brogaard

<https://mail.google.com/mail/u/0/?ui=2&ik=437d0c92c1&view=pt&cf=ns4&qs=true&search=query&msq=1512a3055ac5b2df&dsq=1&siml=1512a3055ac5b2df> 1/2

Bilag 6: Interviewguide

Interviewguide

Deltagelse på Arctivity for de som har valgt aktiviteten klatring.

Fase 1. Opstart af interviewet	Hvor hørte du første gang om Arctivity? Hvad gjorde at du blev interesseret og meldte dig på? Var denne aktiviteten dit første valg? Kender du andre som driver med klatring?
Fase 2. Personlighed	Tidligere erfaring fra lignende aktiviteter Hvilke friluft- eller sportsaktiviteter drev du med da du var yngre? Er der nogen i din omgangskreds hjemme som er interesseret i klatring?
Fase 3. Interviewets kerne	Spørgsmål i forhold til mestring Hvordan oplever du klatring som aktivitet? Hvad betyder klatring for dig? Hvad skal til for at du lykkes med klatring? Klatring og fysisk funktionshæmning Hvornår føler du at din funktionsnedsættelse begrænser dig mest? Hvordan påvirker det din motivation for klatring? Hvordan tænker du om det er at klatre med en funktionsnedsættelse? Klatring sætter krav til graden af en persons fysiske funktionsniveau, er det noget du har reflekteret over før du meldte dig på? Hvilken betydning har det haft for dit valg? Færdighedsniveauet i klatring sammenlignet med udbytte (kun hvis personen har tidligere erfaring med klatring). Spørgsmål i forhold til selve oplevelsen Giver klatring dig noget du vil tage med dig hjem? Hvad?

	<p>Hvordan oplever du gruppen som helhed?</p> <p>Hvilken betydning har gruppen for hvordan du ser på dig selv som klatrer?</p> <p>På hvilken måde føler du at de tre dage med klatring har påvirket dig?</p> <p>Hvordan ser du på muligheden for at fortsætte med klatring når Arctivity er færdig?</p>
<p>Fase 4.</p> <p>Afslutning af interviewet</p>	<p>Har du nogen ting du synes jeg burde have sprugt om?</p> <p>Er der andre ting du gerne vil fortælle?</p> <p>Hvad skal til for at du melder dig på næste år?</p> <p>Hvordan oplevede du det at blive interviewet?</p>